培养孩子
最好的情商

COAY Books

目录
Content

- 第1节：情商：孩子成才的重要机制(1)
- 第2节：情商：孩子成才的重要机制(2)
- 第3节：情商：孩子成才的重要机制(3)
- 第4节：情商：孩子成才的重要机制(4)
- 第5节：情商：孩子成才的重要机制(5)
- 第6节：情商：孩子成才的重要机制(6)
- 第7节：情商：孩子成才的重要机制(7)
- 第8节：情商：孩子成才的重要机制(8)
- 第9节：情商：孩子成才的重要机制(9)
- 第10节：情商：孩子成才的重要机制(10)
- 第11节：情商：孩子成才的重要机制(11)
- 第12节：情商：孩子成才的重要机制(12)
- 第13节：情商：孩子成才的重要机制(13)
- 第14节：情商：孩子成才的重要机制(14)
- 第15节：情商：孩子成才的重要机制(15)
- 第16节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(1)
- 第17节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(2)
- 第18节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(3)
- 第19节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(4)
- 第20节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(5)
- 第21节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(6)
- 第22节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(7)
- 第23节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(8)
- 第24节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(9)
- 第25节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(10)
- 第26节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(11)
- 第27节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(12)
- 第28节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(1)
- 第29节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(2)
- 第30节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(3)

- 第31节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(4)
- 第32节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(5)
- 第33节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(6)
- 第34节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(7)
- 第35节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(8)
- 第36节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(9)
- 第37节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(10)
- 第38节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(11)
- 第39节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(12)
- 第40节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(13)
- 第41节：有什么样的性格，就有什么样的命运(1)
- 第42节：有什么样的性格，就有什么样的命运(2)
- 第43节：有什么样的性格，就有什么样的命运(3)
- 第44节：有什么样的性格，就有什么样的命运(4)
- 第45节：有什么样的性格，就有什么样的命运(5)
- 第46节：有什么样的性格，就有什么样的命运(6)
- 第47节：有什么样的性格，就有什么样的命运(7)
- 第48节：有什么样的性格，就有什么样的命运(8)

第1节：情商：孩子成才的重要机制(1)

培养孩子最好的情商

宽30字29行5号SS168235各减45套王好版式上面，下面，各加5mm第一章情商——孩子成才的重要机制培养孩子

最好的情商

第一章情商——孩子成才的重要机制

一个情商高的人在人生的各个领域都会占尽优势。不管是恋爱、婚姻、工作、人际关系，还是精神的享受等各个方面，其成功的机会和幸福感都会比别人多。很多事例证明：情商决定人生成败。在许多领域卓有成就的人当中，有相当一部分人，没有较全面的知识结构，也没有较高的学历，但他们充分地发挥了他们的情商，最后也获得了成功。

【现状展示】

家长不重视孩子的情商教育

中央电视台在《新闻调查》节目中，曾经报道过湖南省华容县名噪一时的“神童”魏永康的故事。从小到大，母亲对魏永康的唯一要求就是专心学习。魏永康在母亲“疯狂”的督促和智力训练下，6岁就已经完成了小学课程，13岁考上了湘潭大学，17岁成为了中国科学院物理研究所硕士研究生。

然而，就是这样一位“神童”，情商却极其低下。魏永康生活中的事情完全由母亲包办。他不懂得怎样跟周围的人交往。读研期间，生活长期不能自理，知识结构也不能适应中科院的研究模式，因而被学校劝退。

在魏永康的母亲看来，除了学习之外的很多事情都是无关紧要的小事，只有学习、考上大学才是最重要的。因此，从初中到大学，母亲一直陪读。上大学期间，母亲从来没有让魏永康洗过衣服，甚至洗头、洗脸、洗澡都是母亲帮忙。

魏永康在湘潭大学物理系的班主任曾这样说："在同学中，魏永康总是显得极不合群，他与人交往的方式仅仅是一句话——'你好'，或者一个动作——握手。礼仪常识他知之甚少，甚至几乎没有这方面的概念。他很少主动和人打招呼。到我家来他从来不知道敲门，我去开门了，他一句话不说，直奔我摆电脑的房间。有一次，我们几个老师带他去拜访外系的一个教授，进门后他发现人家在看报纸，二话不说，就从人家手里拿过报纸，自顾自地看起来，我们在旁边都呆了。"

与人交往是情商的一个重要方面，而魏永康不仅不懂最基本的交往常识，还缺乏主动与人交往的思想。同时，他在生活上缺乏自理能力，已经是大学生了还不会照顾自己的日常生活。这样一个"神童"，就算有爱因斯坦一样聪明的头脑，终究无法适应社会的需求。正是由于他在情商方面极其匮乏，才造成了他这样一个"神童"被退学的后果。

魏永康的情商低下，与他母亲的教育方式有极大的关系。可见，如果家长不重视对孩子情商的教育和培养，教育出来的孩子也可能成为第二个魏永康，甚至可能比魏永康还令人担忧。

第2节：情商：孩子成才的重要机制(2)

目前，尽管许多父母已经逐渐加强对孩子综合素质的培养，不像从前那样只偏重于对孩子智力的培养，但是，在某些方面，父母对孩子的教育和培养依然存在着很大的不足，仍然存在着重“智”轻“情”的倾向。

家长最关注的孩子的问题是什么？有人走访了几位初中生的家长，得到的回答大多是：学习成绩、智力水平、身体健康，而很少有人提到“情商”。

父母们都非常重视对孩子智力的培养，不惜财力、物力、人力的投资。很多孩子几乎是在刚会说话时，父母就费尽心思地教孩子学算术、学认字、背“九九法则”、“字母表”等等。他们还被父母安排去参加“智力开发班”、“图画班”、“钢琴班”、“舞蹈班”等。这种超前教育可以使孩子知识面更广，但他们的“情商”教育却是空白，导致了“高分低能”的现象。

这种现状令人担忧。孩子的成才应该是多方面、全方位的综合发展，缺乏任何一项都会导致孩子的发展不健全。中国的家长不重视孩子的情商教育，具体地说，主要是不重视对孩子以下能力的教育：

1?不重视孩子认识自身情绪的能力

由于家长不重视对孩子认识情绪能力的培养，造成孩子对自己情绪的识别、评价和表达能力不足，不能对自己的情绪及时地识别，不知道自己情绪产生的原因，不能很好地通过言语和非言语（如面部表情或手势）的手段将自己的情绪准确地表达出来。

2?不重视孩子管理情绪的能力

孩子情绪管理能力一般很低，不能通过一些策略来有效地调整自己的情绪，使自己摆脱焦虑、忧郁、烦躁等不良情绪。控制情绪的能力低下将使其陷于不良情绪的旋涡中。如果家长重视对孩子妥善管理

情绪的能力进行培养，孩子就能及时摆脱不良情绪，保持积极的心境。

3?不重视孩子自我激励的能力

自我激励的能力是为了某种目标而调动、指挥情绪的能力。情绪状态对特定的问题解决具有不同的促进能力，情绪能影响认知操作的效果。如果家长不能有效地培养孩子自我激励的能力，孩子就难以充分发挥情绪在解决问题中的积极作用。不具有这种能力的孩子，无论将来从事什么行业，都会没有更高的效率，不能更富成效。

4?不重视孩子认知他人情绪的能力

认知他人情绪的能力是在情感的自我知觉基础上发展起来的一种能力。这种能力使孩子与他人之间能相互理解、和谐相处，有助于孩子与他人建立良好的人际关系。这一能力的缺乏将使孩子不能觉察他人的情绪，对他人的情绪不能作出准确的识别和评价。

5?不重视孩子人际关系的管理能力

第3节：情商：孩子成才的重要机制(3)

中国家长不重视孩子人际关系的管理能力，造成孩子无能力理解他人的情感和想法，将来也欠缺熟练的社交技巧，不能很好地和他人沟通和互动，无法与他人建立稳定的关系。而擅长处理人际关系的孩子，将来却可凭借与他人的和谐关系事事顺利。

如今，孩子成长的家庭环境普遍优越。因为孩子年龄小，在家自己动手的机会比较少，存在着很强的依赖心理，而家长们又对孩子情商的教育普遍不重视。家长的娇惯和教育的薄弱，导致部分孩子从小就不愿劳动，成了“小皇帝”、“小公主”。同时，由于家长对孩子抱有过高的期望值，许多家长认为孩子早期教育就是对其进行知识传授，以能背多少诗、算多少题、识多少字来衡量教育效果和孩子的聪明程度，而忽视了其情商的培养。

专家提醒：

据研究发现，一个人的成功有80%来自情商，20%来自智商。有科学家认为，情商高的人更具有创造力。还有人认识到，只要能调动情绪就能调动一切。可见，对孩子智力的教育不能忽视，但是情商的培养更是至关重要。

【理论阐释】

孩子的情商现状不容乐观

19岁的吴耀辉出生在一个高知家庭，父亲是某家企业的老总，母亲是位建筑工程师。这对年轻的父母在儿子很小的时候就十分重视培养他的智商，然而，却忽略了对孩子情商的塑造。

一直以来，吴耀辉都是班级的学习尖子，但是，他总是看不起别人，性格也狂躁易怒。因为吴耀辉一直都是跟父母一起生活，父母们都没有在意。可是，走进大学里的集体宿舍，吴耀辉的性情依然如故，随意拿别人的床单擦自己的皮鞋，不脱鞋就踩着下铺的床单到自己的上铺取东西，常跟同学们吵架，等等。

有一天，宿舍里有位同学实在看不下去，就委婉地说了他两句。没有想到，他竟然大发雷霆，拿起桌上的水果刀就扎进了同学的肚子。虽然该同学得到及时抢救，没有造成生命危险，可也造成了恶劣影响，因此吴耀辉受到了勒令退学的严惩。

吴耀辉智商很高，情商却令人担忧，他的情况与父母的教育方式有极大的关系——只重视智商的培养，却忽视了情商的教育。

像吴耀辉这样的“问题孩子”并不在少数。长期以来，父母们对情商教育极度缺失，导致孩子的情商现状不容乐观。当前，孩子的情商现状表现为：不懂得文明礼貌，粗野成性，随便打人、骂人、说脏话；性情比较怪僻，难以与人相处，也不愿与人相处；横行霸道，事事不让人；不懂得团结友爱；做事注意力不集中，自控能力差；情感淡漠，缺乏爱心，没有同情心，不懂得帮助别人；自私自利，缺乏责任心；不懂得感恩；社会意识淡薄；心理承受力差，等等。

第4节：情商：孩子成才的重要机制(4)

这样的孩子们长大后，对个人、家庭、社会都会造成较大的负面影响。自杀、斗殴、酗酒、吸毒、早恋、社会道德感和社会责任感缺失等问题越来越趋向于低龄化。

这种现状主要是由父母造成的，是父母对孩子不正确的教育方式造成的。

据了解，某市教育局开通了一部为“问题孩子”入户家访的热线，一星期内，有1500位家长通过热线电话将自家孩子的“问题”摆了出来，希望获得有关专家的指导。

入户家访的记者了解到，目前，情感交流存在障碍、思维取向有逆常规等现象的孩子越来越多。在采访中，一位小学教师这样告诉记者，班里有个孩子经常和其他同学打架，一批评就哭，回家说老师伤他自尊了，于是家长就责怪老师。老师没办法，只有哄着他，央求他不要打架，但效果并不明显。

记者还了解到，一位初一学生的家长反映，他的孩子不喜欢上学，即使住校也经常迟到旷课。这个孩子说他不愿意到教室去，不愿看见黑板上的字。据老师反映，孩子一上课就蔫了，下课铃声一响，便生龙活虎起来。

为什么孩子的情商现状不容乐观？为什么如今“问题孩子”越来越多，问题也越来越突出呢？据教育界资深人士和心理学专家分析，孩子出现这些问题的一个重要原因就是我国的情商教育落后。我国的教育往往偏重于智商而忽略情商！学校存在这种现象，家庭教育更是如此。随着生活水平的日益提高，很多父母为了孩子而拼命地工作，认为只要给孩子吃好、穿好就是对孩子好，然而，他们却忽视了对孩子进行情感沟通及如何处世的教育。

一位家长告诉记者，为了孩子，她每天寝食难安。自从孩子上了初二，这位家长感觉孩子不大愿意和家长沟通交流了。她认为孩子一

定是走进了“早恋”的误区，所以她天天都悄悄地“护送”孩子上学，有时候看见孩子与女生交往过密就现身制止。这让孩子很反感，从此更不愿与父母交流了，也不爱跟同学们玩了，学习成绩也一落千丈。

父母若想让孩子远离“成长问题”，就必须彻底转变教育观念，重视孩子的情商教育。

专家提醒：

现今的孩子在情商方面的现状不容乐观。这主要是因为父母在平时过分强调孩子的智力培养，而忽略了孩子的情商教育。这就要求父母在平时进一步转变观念，寻找有效的方法，对孩子的情商进行培养，保证孩子的全面发展。

链接：测试你家孩子的情商现状

在测试之前，请你务必认真阅读如下指示：

◆填写测量表时，请依据孩子最近4—6周的行为做准则。

◆当回答每个问题时，只需考虑您自我观察的印象，无需顾虑整个问卷的回答是否一致。

第5节：情商：孩子成才的重要机制(5)

◆试着诚实、快速地回答每个问题，请避免只选择接近中度的回答。

请在下列“常常、偶尔、很少”后的空格中，确切填选能描述您孩子最近4~6周以来这些行为的频繁度。

测试表

序号测量内容选项1当陌生人逗他玩或换新保姆时，他可以很快地与人熟络。□常常□偶尔□很少2对“失败”、“挫折”有强烈的反应，如哭泣、尖叫、跺脚等。□常常□偶尔□很少3他醒来时，不会乱闹脾气，如生闷气、抱怨、哭叫等。□常常□偶尔□很少4对于他喜爱的物品或活动，可以忍受几分钟的延误，如可以耐心等待或是克制自己等。□常常□偶尔□很少5当学习一项新技巧时，如自己穿衣、收拾玩具等，能心平气和地耐心学习，不会烦躁哭泣。□常常□偶尔□很少6对不熟悉的小动物，如小狗、小猫等，会主动接近它们，并试着和它们玩。□常常□偶尔□很少7离开父母，投入一个新环境时，如托儿所、游戏团体、换新保姆等，只需几天的时间，就能适应良好，恢复往日的行为模式。□常常□偶尔□很少8当无法完成手中正在进行的事，如拼图、游戏等，会有强烈的反应，如哭泣、尖叫等。□常常□偶尔□很少9不在乎自己玩耍或独处。□常常□偶尔□很少10被严厉惩罚过一两次后，他就会避免从事这件不被允许的行为。□常常□偶尔□很少11第一次遇见别的小朋友时，会好奇地看着他们，或者会试着接近他们。□常常□偶尔□很少12易被赞美所激奋，如大笑、大叫或手舞足蹈等。□常常□偶尔□很少13当跌倒或被碰撞时，不容易哭泣。□常常□偶尔□很少14在与陌生人相处10分钟后，就能与人熟悉起来。□常常□偶尔□很少15当他吃饱时，会激烈地反对多添加牛奶等食物，如会把食物吐出来，紧闭着嘴巴或把汤匙打落在地上。□常常□偶尔□很少16主动接近家里的新访客。□常常□偶尔□很少17即使很好奇，也不会去从事一件被严明禁止

的活动。□常常□偶尔□很少18不高兴或哭泣时，有许多肢体语言，如跺脚、挥舞手臂、扭动身体等。□常常□偶尔□很少19肚子饿时，能心平气和地等待别人帮他准备食物。□常常□偶尔□很少20到一个陌生的地方，如商店、旅游胜地或别人家，不会有恐慌感。□常常□偶尔□很少

当您完成以上问卷以后，请对照下列题号，统计出您的孩子在各情商领域的分数。

计分方法：2、8、12、15、18题的计分法为“常常”得0分，“偶尔”得1分，“很少”得2分。其他题目圈选“常常”得2分，“偶尔”得1分，“很少”得0分。

情商领域1：人际社交亲和力

题号16111620总分得分

第6节：情商：孩子成才的重要机制(6)

情商领域2：适应力与自我克制力

题号47101417总分得分

情商领域3：自我情绪调适

题号3591319总分得分

情商领域4：情绪表达的强烈度

题号28121518总分得分

结果：

得分6～10分：甜蜜的小天使；得分3～5分：乖巧的小可爱；得分0～2分，蛮横的小霸王。

解析：

情商领域情商状况人际社交亲和力甜蜜小天使对新鲜事物的接受度高，与人易建立起亲近、信赖的关系。个性小霸王对事物的接受度、容忍度低，与人关系的建立必须经过长时间的培养。乖巧小可爱则居两者之间。适应力与自我克制力甜蜜小天使自我克制力高，能容忍、接纳挫折和失败的经验，并能很快地适应新环境、作息时间及游戏规则。个性小霸王对挫折的容忍度低，常以负面的情绪发泄（大吵大闹），来作为应对的手段，对新环境、生活作息的适应性差。乖巧小可爱则居两者之间。自我情绪调适及情绪表达的强烈度甜蜜小天使情绪的反应通常是正面的，且情绪的表达为轻微至中度。个性小霸王则有强烈且频繁的负面情绪。乖巧小可爱则居两者之间。

情商决定人生成败

情商是心理学上的一个概念，相对于智商而言，主要指人在情绪、情感、性格、意志、交际等几个方面与个人素质有关的品质，它反映了一个人控制自己情绪、承受外界压力、把握心理平衡的能力。

它主要包括以下几个方面：

1?认识自身的情绪。

2?妥善管理自己的情绪。

3?自我激励。

4?认知他人的情绪。

5?人际关系的管理。

情商在人的一生中起着非常关键的作用，它是一个人重要的生存能力，是一种发掘情感的潜能，运用情感能力可以影响生活的各个层面。可以说，情商决定了人生成败。丹尼尔?戈尔曼认为：“情商是决定人生成功与否的关键。”

美国曾对750位百万富翁做过调查，调查结果表明：对他们的成功起作用的前几位因素均为“严格地遵守纪律”、“诚实地对待所有的人”以及“与人友好相处”等被称为情商的因素。李嘉诚也曾说过，情商在他经商成功的道路上起了很大作用，使他能轻松面对现实生活中各种错综复杂的问题。据某报报道，当人们问起我国一些优秀企业的老总“当代大学毕业生最缺乏什么”的问题时，他们的答案惊人地一致：缺乏情商。

曾位居世界首富的智商天才比尔?盖茨，其情商同样很高。曾经有人这样问他：“盖茨先生，如果你离开现在的微软公司，你能再创造一个微软公司吗？”

“当然可以！”比尔?盖茨说，“但是有一个条件，我得带走公司的100个人。”

第7节：情商：孩子成才的重要机制(7)

比尔?盖茨并没有说要带走厂房、机器和设备，而是要带走100个高素质的人才。可见，他重视的不是物质利益，而是宝贵的人才。他带走这些人才，就能领导他们创造出另一个神话。

这就体现了他较高的情商——知道团体合作的重要性，知道仅凭一己之力是无法重整江山的。比尔?盖茨之所以能创出一番成就，就是因为他懂得如何运用自己的情商，运用自己杰出的团队领导能力，让更多的人为他创造更多的物质利益。

此外，他的高情商还体现在人情味的管理方式上。他提出“我享受一切”的口号，员工的衣服上也印有“你们是我最好的朋友”的字样；比尔?盖茨还为员工安排了高档的健身房、舒适的咖啡屋。这种人情味的管理方式，使得员工愿意加班加点地为比尔?盖茨工作，且从不抱怨。当管理者的情商高了，他的影响力和人格魅力自然也跟着提高，如此，他的事业就没有做不好的道理了。

这就是比尔?盖茨高情商的体现。

而周瑜和项羽之所以失败，就是因为他们智商极高，情商却很低。

三国时的周瑜机智过人，年轻时就当了吴国大都督。对此，他手下的老将都不服气，而火烧赤壁一战让他们心悦口服，也让周瑜大得人心。然而，周瑜是个心胸狭窄的人，气度小，又嫉贤妒能，一心想要打败对手诸葛亮，最后，非但没能如愿，反而被诸葛亮气死了，下场真是可悲！

项羽一世英雄，却兵败垓下。刘邦一介布衣，身无大才，但深得人心。项羽心怀大志，有勇有谋，但他的率性与无克制的品性犯了大忌，最终酿成他在沙场上惨败的后果。

周瑜、项羽二人败给对手，细想来还是归结于他们对自己的情绪没管理好，对自我的认知不到位，对别人的情绪没把握好。他们败在

了对情绪的忽略上。

不管在生活还是工作中，高情商的人往往拥有较多的机遇和较大的成功几率，同时，他们也往往更受欢迎，更容易融入一个团队，或者管理好一个团队，带领他们创造更高的业绩。

一家集团的高层决定要解散某个部门。第一天，集团助理以傲慢、不以为然的方式向该部门的100位员工传达了这一信息。结果，这些员工被激怒了，他们为此决定而气愤，更为该助理的态度而反感。第二天，集团副总裁与这些员工进行了谈话。他上来就把这些员工请到宽大的会议室里，并且给他们每人备好了一杯咖啡。在接下来的谈话中，他讲述了当初他们成立部门初期的现状："当时，没有一个人是因为想要发财，想要贪图舒适和稳定才选择从事这份特别的工作的，我很感激大家。"这唤起了大家对自己职业的尊重和热爱，激发了他们的自豪感、使命感和奉献精神。员工们被感动得含着泪水。最后，他由衷地表达歉意，并祝福大家将来事业蒸蒸日上。员工们都表示了理解。

第8节：情商：孩子成才的重要机制(8)

一则同样的信息，因不同的人去传达，就出现了不同的效果。他们的态度、语气和语调不同，从而造成的结果也就完全不同。其实，他们的区别就在于他们的情商高低。一个是让自己处在这个团队的敌对面，一个是让自己融入这个团队中，真切地鼓励这些员工。

这就是情商的魅力。

很多事例证明：情商决定人生成败。在许多有成就的人当中，有相当一部分人，没有较全面的知识结构，也没有较高的学历，但他们充分地发挥了他们的情商，最后也获得了成功。

情商对人的一生起着极其重要的作用。它对孩子的一生有哪些作用呢?

1?情商能为孩子提供良好的生理前提

生理素质是孩子进行成才活动的前提和基础，对孩子的成才活动起促进或延缓作用。培养孩子情商的重要内容之一就是使其具备控制自己情绪的能力，这种能力越高，越能及时摆脱焦虑、愤怒、抑郁、悲痛等不良情绪，保持冷静、乐观、热情、开朗等积极的心态。这种良好的心态让人体的内脏及内分泌处于平衡状态，能提高脑力劳动的效率和耐久力，保持身体健康。

2?情商是孩子思维活动的“激发器”

愉快和稳定的情绪有利于促使孩子脑细胞的兴奋和血液循环，能使其大脑处于最佳的活动状态，从而思路开阔，思维敏捷，解决问题迅速，灵感也容易出现，而孩子的潜能也可以得到充分的发挥，智力活动效率也会随之提高。另外，孩子对情绪的自我认知感觉能力可以培养对直觉的自知力，而直觉是创造性思维活动的基本形式之一，它使主体能敏锐地察觉到事物之间的本质联系，提出独特的见解和科学的预见，对创造性活动尤其是科学研究有着重大作用。

3?情商是孩子成才活动的“支撑柱”

在孩子的成才活动中，会遇到各种困难和阻力，这需要情商的“支撑柱”作用。孩子的情商越高，控制冲动的能力也越高，也就越能忍受挫折，承受压力，意志更坚强。当遭遇挫折、失败时，情商高的孩子能冷静、客观地分析失败，找出问题的症结，吸取教训，坚定成功信念，在积极的情绪状态下，进一步实施成才活动。

4?情商是孩子成才活动的动力机制

自我激励能力是孩子情商的核心动力。良好的动机是孩子成才活动的内在动力，它可以把孩子的兴趣、自信、乐观、热情等情绪因素调动起来，发挥整体效应，形成内部动力机制，这些都对孩子的成才活动起着发动、加强和维持的内驱力作用。如，兴趣能内在地驱使孩子从事喜好、有趣、新奇的活动，激发他们钻研、探索和成功的欲望，并将这种活动维持在最优的状态。孩子的自信往往表现为对自己的肯定，坚信自己一定能成功。如果孩子能学会自我鼓励、自我强化，就会不断地战胜成才活动中的各种困难。

第9节：情商：孩子成才的重要机制(9)

此外，心理学家广泛而深入的研究也表明：人在一生中能否成功、快乐，在很大程度上取决于其情商的高低。情商还能调节孩子的人际关系，这对他们成才是大有裨益的。孩子的成才活动离不开其他个体的协作与支持。孩子只有具备了较强的人际交往能力，才能得到为达成活动目标所必需的帮助与合作。

专家提醒：

智商和情商有一个最显著的区别，那就是，智商主要靠遗传获得，而情商则更多来自后天的培养，最重要的成功因素可以通过后天的努力来获得。这就意味着，每一个人，无论天资如何，都有可能走向成功。

成才=20%智商+80%情商

科学研究表明，一个孩子在成长的道路上，最终能否成为一个成功的人、出色的人、有成就的人与幸福的人，并不完全取决于其智商。影响孩子将来成败的智商因素只占20%，而情商因素却占80%——成才=20%智商+80%情商。

智商，顾名思义指的是智力因素，它一般包括记忆力、思维力、注意力、观察力、想象力、创造力等六个方面。情商属于非智力因素的范畴，指与认识没有直接关系的情感、意志、兴趣、性格、需要、动机、目标、抱负、信念、世界观等方面。这些非智力因素往往更能影响一个人的成才。一个智力较高的人，如果非智力因素没有得到很好的发展，也难以有什么成就；相反，一个智力水平一般的人，如果他的非智力因素得到很好的发展，就可能取得事业上的成功。达尔文曾说过：“我之所以能在科学上成功，最重要的就是我对科学的热爱，对长期探索的坚韧，对观察的坚持，加上对事业的勤奋。”

我们都很清楚这样一个现象：在一个班级里，按照智商和学习成绩来分，会有4类学生，一类是智商高，但学习却不好；一类是智商平

平，但成绩却很好；一类是智商很高，成绩名列前茅；一类是智商很低，成绩也很差。

我们来分析造成这种现状的原因：

第一类孩子明明很聪明，却没有好成绩，而第二类孩子本身并不怎么聪明却名列前茅，为什么？就是因为情商的差别，第一类孩子智商很高，但情商方面却很差，比如缺乏学习的毅力，害怕失败和困难，心理容易受外界影响等。而第二类孩子却总是很勤奋，又刻苦，能够克服困难，有坚强的意志力，自然也就容易取得好成绩。

最理想的是第三类孩子，他们智商高，情商也高，不仅聪明，而且好学、刻苦，自然就更易取得好成绩；最糟糕的是第四类孩子，没有聪明的头脑，又不勤奋努力，自然也就归类到差生的行列。

那么，依次可以判断他们步入社会后的现状：一般而言，发展顺利、最易成功的属第三类，其次是第二类，发展平平的属第一类，最难以成功的是第四类。

第10节：情商：孩子成才的重要机制(10)

一个人情商的高低可以反映出其控制自己情绪、承受外界压力、把握心理平衡的能力。科学家们经过各种测验和考察，证明了情商比智商对人更重要，它在很大程度上决定了一个人的婚姻、工作和整个人际关系的处理，甚至包括他的事业。情商的高低，可以决定一个人包括智商在内的其他能力能否发挥到极致，从而决定他有多大的成就。

美国的心理学家曾对一千多位高智商儿童进行了长达50年的追踪研究，他们发现，其中有的人在未来获得了很大的成功，而另一些人在未来则很平庸。心理学家根据这些人获得成就的大小把他们分为“有成就组”与“无成就组”两组。

这两组人在儿童时期的智力水平相近，50年后的智商仍高于一般人，那么为什么一组有成就，而另一组无成就呢？两组人之间最令人注目的差异就在于他们的意志品质。“有成就组”的人意志顽强，对认定的目标执着追求，遇到挫折也毫不动摇；而“无成就组”的人则意志薄弱，遇到困难就退缩不前，总是消极地坐等机遇的光临。

可以说，孩子是否能成才，并不取决于他是否有高智商，而是取决于他是否有高情商，而高情商是需要后天培养的。

2008年，北京时间8月20日，殷剑在女子帆板奖牌轮的比赛中因发挥出色夺得了本项目的金牌，她的成功创造了中国选手在这个项目上的一个新的历史。她也因而成为人们最关注的对象。其实，这朵女子帆板界的奇葩的成功并不是偶然的，人们常说天才是99%的汗水和1%灵感的结合，这点从殷剑的身上就得到了最完美的体现。殷剑是整个学校里训练最刻苦、最勤奋的学生，她能够成功摘金不仅在于她过人的天赋，更在于天道酬勤。

21世纪人才的竞争不仅是智商的竞争，更是情商的竞争。因此，远见卓识而又有责任心的父母都会在提升孩子智商的同时，注重孩子

的情商教育。只有将二者结合起来，培养出的孩子才能算是真正的人才。

专家提醒：

很久以来，人们都把智商作为衡量一个人成才与否的唯一标准，认为孩子智商的高低直接决定他的成败。可是在管理领域里有大手笔者大多是智商平平、在别人看来毫无潜质的人，这多少让膜拜“智商”的人们有些失望。

【育子良方】

让自己成为高情商的父母

21世纪呼唤高情商的孩子，更呼唤高情商的父母。只有父母成为高情商的人，懂得如何去开启孩子自信、成功、幸福的人生之门，才能培养出高情商的孩子。

丹尼尔?戈尔曼博士指出：“家庭是培养情商的第一所学校。有高情商的父母，才有高情商的孩子。”是的，没有高情商的父母就没有高情商的孩子，因为孩子的成长需要老师的引导，而父母是任职时间最长的老师，也是最能影响孩子的老师！父母是否注意言传身教，是否从意志品质、自信心、人际交往、自控情绪和自我认知等方面对孩子有意识地引导和教育，是否注意营造和谐安全的家庭气氛等，都会对孩子的人生产生重要的影响。

第11节：情商：孩子成才的重要机制(11)

有一位名牌大学毕业的博士生，是在父母的严厉打骂下长大的。虽然父母的打骂确实让他在学习上不敢松懈，后来也取得了不错的成就,但是，这位博士生心理极不成熟。在婚姻中，他对妻子施加暴力，他自己也痛苦不已。这算是个成功的教育典范吗？恐怕谁也不会同意。

而同龄的邻居男孩没有很好的成绩，没有进很好的大学接受教育，但是，一直都是个幸福的人。他的父母都是高情商的人，从来不会打骂他，在他犯错误的时候耐心地引导他，教育他，给他关怀，同时很注意对他进行适当的约束，夫妻之间的感情也很和谐。因此，在高情商父母的教育下，他也成为了高情商的人。

事实证明，高情商的父母才能培养出高情商的孩子。那么，如何让自己成为高情商的父母呢？不妨从以下几个方面做起：

1?不要打骂孩子

事实上，父母打骂孩子就是承认自己没能力和孩子进行沟通。对孩子来说，父母是孩子学习的榜样，父母的身教是孩子最重要的情绪示范。但是，有的父母认为“孩子不打不成器”、“棍棒之下出孝子”，认为打骂孩子是不得已而为之的一种教育方式。其实，从情商的角度而言，越是打孩子，孩子就越不成器。即使有的孩子因被打骂而学习成绩有所提升，但心中的创伤却是久难磨灭的。

2?建设性地关怀孩子

有的父母给孩子的不是关怀和热爱，而是溺爱和包办。只有给孩子建设性的关怀才是正确的做法，这就意味着为孩子提供良好的情感环境和氛围，以一种孩子能接受的方式支持他。

3?对孩子进行积极的约束

每一个孩子都需要接受纪律约束。如果你的孩子正在学习和培养某一种技能，就需要这种约束来最大限度地发挥天赋。当孩子踏进社

会以后，更需要这种纪律的约束。要想提高孩子的情商水平，不对孩子采取一致有效的纪律约束，是不可能达到目的的。

4?训练自己的教育技巧

由于受到传统教育模式的影响，很多父母忽视对孩子的情商教育，但也有一部分父母是持重视态度的，只是一直寻找不到正确的教育方法，而使得情商教育出现很多困难和弊端。其实，父母可以到一些专业机构去接受这方面的教育技巧的培训，来寻找到最适合自己家庭的情商教育方式。

专家提醒：

如今的孩子学习压力是很大的，在孩子面临压力的时候，父母应保持冷静，用平和的语气和孩子说话，示范给孩子看，这是最好的身教方式。当孩子没考好时千万不要如临大敌，“怎么办？怎么办？这下完了，我的孩子考砸了……”如果这样，孩子就会从父母的反应中感到“完蛋了！考得这么差，就要世界末日了”。孩子对事情的理解常会受到父母情绪反应的影响。如果父母不做好表率，年幼的孩子又怎能找到缓解压力及稳定情绪的方法呢？

第12节：情商：孩子成才的重要机制(12)

链接：你是个高情商的父母吗?

在教育孩子方面，您是高情商的父母吗？以下17道测试题主要涉及父母如何引导孩子控制、调节情绪，教育孩子形成乐观、自信、勇敢、奋斗等良好的品格。父母在日常生活中经常会碰到这些问题，但每个父母的做法几乎都不一样，您可以利用以下试题测试一下自己的教育方法是否正确。

父母情商自查表

序号自查内容选项1你是一个乐观的人，并且很容易用这种情绪感染你的孩子吗?□是□不是2如遇到重大问题，你会避免让孩子知道吗?□是□不是3你会在孩子面前掩饰自己的错误和缺点吗?□是□不是4你的孩子每周看电视的时间超过12小时吗?□是□不是5你会帮助孩子认识、结交新朋友吗?□是□不是6你限制孩子观看电视或录像中的暴力内容吗?□是□不是7你每天都会有一定的时间非指导性地参加孩子的游戏或活动吗?□是□不是8对孩子的学习习惯和知识掌握标准，你的要求经常变化吗?□是□不是9你教过孩子如何进行身体放松，以对付压力、病痛和忧虑吗?□是□不是10孩子一旦遇到解决不了的问题，你就会插手吗?□是□不是11你重视对孩子的诚信教育，哪怕是一件小事也不放过吗?□是□不是12当孩子遇到困难甚至失败后，你经常鼓励他坚持下去吗?□是□不是13由于你自己存在的某些问题，而对孩子的类似问题你会更加宽容吗?□是□不是14当孩子不愿谈起使他生气或烦恼的事情时，你会主动与孩子交流并鼓励他说出烦恼吗?□是□不是15你对孩子是否诚实可信？即使是谈到病痛或失业等痛苦的话题也是如此。□是□不是16你会帮助孩子认识他的优点和缺点吗？□是□不是17你相信无论遇到什么问题，总有很多种解决办法吗？□是□不是

正确答案及解释：

序号1234567891011121314151617答案是不是不是不是是是是不是是不是是是不是是是是是是

说明：如果您给出的答案完全是正确的，说明您在培养孩子情商发展的做法上是正确的；如果您选的答案中有某一项或几项与答案不符，说明您的教导方式还有些误区，需要改正。

情商教育存在的4大误区

在教育孩子方面，每一个父母都应该这样问问自己：我对孩子的教育方式正确吗？孩子现在出现了哪些问题？应该怎么解决？

有些父母由于对孩子的情商教育存在很多误区，致使孩子成了名副其实的“情商盲”。

成城是个令父母头疼的孩子，说谎、捣蛋、打架、迷恋网吧……都是经常发生的事情。从小学三年级起，成城就伴随着学校的一次次处分成长。现在成城读初一，又陷入了有可能被学校退学的尴尬。刚读小学时，成城的学习成绩还可以。可是，从三年级开始，他的成绩就越来越差。最令父母头痛的是，成城性格暴烈，动不动就与同学打架。成城读初中后更不把学习当回事，逃学成了家常便饭。第一学期学校分班时，成城被安排到了“差班”，从此，学习兴趣更没了，他开始迷恋网吧，上网吧缺钱时就向父母要，要不成就偷，还把他父亲集了几十年的邮票拿去卖掉。

第13节：情商：孩子成才的重要机制(13)

成城连续犯错，主要是父母对他的教育存在一些误区。成城的父母一发现他有错，就会及时“教育”他，他们完全不注意成城情绪或行为的原因，总是反复埋怨或罗罗嗦嗦地说教一番，这不但没有达到教育的目的，反而引起成城的反抗或厌恶心理。有时，成城做的错事实在说不过去，父母就采用责备、恐吓或打骂的方式来终止他的消极情绪，这给孩子带来极大的心理创伤。

可见，错误的情商教育方式不但不会达到教育的目的，反而会让孩子变得更令人担忧。一般来说，父母对孩子的情商教育主要存在以下几大误区：

1?溺爱与专制的家庭教育

父母应培养孩子坚强自主的性格品质，可是，目前溺爱孩子、包办式的家庭教育仍然非常普遍。一方面，父母对孩子照顾得无微不至。另一方面，父母缺乏民主意识。他们特别细致敏感、胆战心惊、生怕出事，这几种态度都是溺爱孩子的表现。如孩子摔了一跤，膝盖碰了一下，这本是平常小事，可是母亲赶紧上去，又吹又拍又按摩，而且泪水盈眶。这种态度恰恰给了孩子弱情商的教育，给了他们脆弱的生理和心理反应。对孩子专制的表现就更多了，如告诉孩子应该这样、应该那样、这个不许、那个不要……同时，还有很多具体的规定。这样，孩子的思想、活动都受到了严格的限制。家庭里的“小皇帝”实质上是受父母禁锢的“小奴隶”，孩子的性格也就因而被扭曲。

2?鼓励少，打骂多

鼓励少，打骂多，是父母对孩子进行情商教育的主要误区之一，这对孩子情商的发展十分不利，必须加以克服。要想提高孩子的情商，父母应对孩子多鼓励，少打骂，找机会放大孩子的“闪光点”，多肯定孩子的优点和成绩。

3?重视智商教育，轻视情商教育

父母都非常重视对孩子的智商教育，甚至过分地重视，让孩子躲都躲不掉。但是对孩子的情商教育，却没有多少人懂。

父母一般只是想着孩子怎样才能聪明，怎样考高分，考上理想的学校，而不注重对孩子心智的培养。如果父母只重视对孩子进行文化灌输，而忽视孩子接受自己、被别人接受以及友爱、正确的人生观、价值观的培养，那么，孩子不会感到快乐和幸福，相反，会渐渐变得冷漠、自私、焦虑、任性……

因此，父母应在重视孩子的生活是否优越、是不是很聪明、学业好不好的同时，对他们的责任感、合作意识、选择能力、承受能力、竞争、社交等因素和能力也要引起高度的重视。只有对孩子的智商和情商同样重视，才能使之齐头并进，全面发展。

4?不能正确评估孩子的情商水平

第14节：情商：孩子成才的重要机制(14)

父母应正确估计孩子的情商水平，引导孩子的情商健康发展。有的父母往往不能充分估计孩子的情商，一句“小孩懂什么”，就是轻视孩子情商的典型表现。

实际上，随着现代竞争意识和现代科技文化的发展，孩子的情感思维能力也在加速发展，父母应及时培养和开发孩子的情感思维能力。现代孩子的眼睛就好比照像机，每天拍下了无数的“形象”，小小人儿很有见解，如“爸爸抽烟、喝酒不对，对身体不好”、“妈妈的衣服不漂亮”、“人家的妈妈晚上看书，你只看电视”等等，这种感受能力，包括一些反抗思想，正是一种“高情商”的表现，父母不应轻易抹杀，要加以诱导。

总之，父母在孩子的情商教育中切莫走入误区，而是要根据孩子的不同特点，采取适合孩子的方法，正确引导孩子的情商潜力沿着健康的方向发展。

专家提醒：

值得提醒的是，独生子女家庭是一种特殊的育儿环境，父母的过分宠爱与呵护，会产生许多特有的情感问题，对孩子的情商教育存在误区的可能性也就更大。因此，独生子女家庭的父母更应尽快掌握情商及情商教育知识，并对孩子进行情商教育，这也是每一位父母不容忽视的责任。

如何塑造孩子的情商

如何塑造孩子的情商呢？父母不妨从以下几种方法入手：

1?培养孩子控制情绪的能力

情绪是情商培养的关键。一个人拥有良好的情绪控制力，就可以应对生活中出现的无数挫折、困难以及种种变数，保持平和心态，塑造健康心理。在生活中，父母要告诉孩子生活是充满挫折的，要理智地对待各种使人兴奋、激动、气愤、懊恼的情况，要学会克制，能够

有节制和适度地表露自己的情绪，要善于从情感的旋涡中摆脱出来，不要长时间处于大喜大悲和忧伤之中，不要凭一时的情绪和冲动办事，更不要动辄迁怒于人。

2?对孩子进行情感的培养

爱是获得幸福的源泉，也是提高情商不可缺少的方面。让孩子懂得什么是爱，如何去爱自己，爱别人，让他们懂得各种爱的含义——亲情之爱，爱情之爱，友情之爱，人间大爱，并告诉他们如何传达爱的感情。

3?培养孩子良好的品格

让孩子拥有正直的人格、高尚的品德是他们做人做事的重要根基，教孩子什么是正确的人生观、价值观，并注意发现他们身上的不良品格，进而改善。让孩子学会平等待人，正直为人，让他们懂得尊重别人，并认识到责任的重要性。

4?培养孩子自立的意识和能力

自立才能成才，温室的花朵没出息。父母要认识到溺爱的危害性，并有意识地给孩子自己做事的空间，学会放手，让他们经历风雨，从小就学会自己处理自己的事情，这是提高孩子情商的重要内容。

第15节：情商：孩子成才的重要机制(15)

5?对孩子进行意志力的培养

社会的竞争激烈程度使得人的生存压力越来越大，从小培养孩子面对挫折和困难的意志力是一项必须实施的内容。让孩子学会自我激励，拥有面对压力和失败的勇气，拥有战胜自我、克服困难的决心和信心。

6?培养孩子良好的兴趣

兴趣可以激发一个人的潜能，也可以帮助孩子开辟一条成功的捷径。培养孩子多方面的兴趣特长，激发他们认识世界、探索世界的兴趣，是如今强调孩子综合素质的要求下一个必不可少的教育途径。然而，目前强大的学习压力使孩子放弃了很多兴趣爱好。同时，很多家长不重视孩子兴趣的培养，扼杀孩子的好奇心，这对孩子的成才是极其不利的。因此，家长要转变观念，给孩子一个自由想象的空间，尊重孩子的选择，创造条件挖掘孩子的兴趣特长，鼓励并引导孩子的兴趣爱好。

7?培养孩子的交际能力

交际能力是情商的一个重要方面，培养孩子的交际能力是孩子获取幸福和成功的助推器。然而，目前孩子的交际能力欠缺是一个普遍存在的现象。家长一定要从小引导孩子学习社交技能，帮助他们建立健康的交际心理和人脉资源，教给孩子基本的社交礼仪，让孩子跟不同性格的孩子打交道。同时还要加强孩子的防范意识，教给他们识别好人、坏人的能力。

专家提醒：

美国流行这样一句话：“智商决定录用，情商决定提升。”在当今这个知识爆炸、竞争激烈的社会，加强对孩子情商的培养势在必行。在培养孩子的情商过程中，家长的作用是巨大的。家长除了要为孩子

做出表率之外，还要对孩子从多方面、多角度全方位地进行培养。同时，要讲究科学的教育方式。如此，才能培养出高情商的孩子。

第16节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(1)

第二章情绪——让孩子做自己情绪的主人第二章情绪——让孩子做

自己情绪的主人 积极的情绪对孩子的身心发展能起促进作用，有助于孩子潜在能力的发挥，消极的情绪则可能使孩子的心理失去平衡，甚至影响他的人格建构，影响他未来的生活和事业。

【现状展示】

“为什么我的孩子越来越情绪化”

最近，张女士对儿子的“情绪化”已经到了无法忍受的地步。孩子刚上初一，已经是大孩子了，可还动不动就哭鼻子，还爱跟同学吵架，甚至还跟父母吵架。据张女士反映，她儿子不管在生活中还是在学习上都特别“情绪化”。在生活上，儿子常常由着自己的性子来，不想干的事任家长怎样说都不为所动，想干的事任父母怎么阻挠都非要干。比如，上周他说要学吉他，要张女士给他买。张女士不肯，他当即就气得哭起来，还甩门而出，把张女士弄得莫名其妙，儿子有必要为此生这么大气吗？她觉得太不可理喻了。

但是，平时遇到一点点高兴的事，他都乐得手舞足蹈，又是唱，又是跳。可正在高兴的时候，如果别人有一句不经意的话刺激了他，他马上就情绪化起来，或者是摔东西，或者是流眼泪。

“简直不像个男孩，太不可思议了。”张女士觉得儿子跟个女孩似的情绪化。

在学习上，儿子也是由着自己的性子来，偏科非常严重。他喜欢数学，就天天抱着数学课本;不喜欢语文，就连语文作业也不做。任老师和家长怎么说、怎么逼都没有办法。

有时候，儿子变得沉默寡言起来，似乎很忧郁的样子，常常一个人关在房间里。父母去问他有什么事时，他总是不耐烦地让父母不要过问。

儿子的情绪让张女士非常担忧，她不知道儿子到底怎么了，是到了青春期了？还是心理出现了问题?

有一项针对初中生进行的深入调查表明，多数孩子都存在情绪失控的问题，在情绪和行为上存在一定问题的学生比例高达15％，其中，5％的初中生存在敌对、攻击行为。而全国22个省市青少年心理健康的调查数字显示，我国有3000万青少年处于心理亚健康状态。有关专家表示，存在心理与行为问题的孩子实际人数远远不止这个数字，关注孩子的“心病”，已经到了家长必须正视的时候。

现在有些孩子越来越情绪化，稍有不顺就发脾气、摔东西、吵架、打架，甚至在情绪失控的状态下发生犯罪行为。最近，媒体不断报道有的孩子在情绪失控时采取极端的方法伤害自己或他人的生命。

孩子已经成了情绪的“俘虏”。这极大地危害了孩子的身心健康，影响了孩子的未来。

作为家长，一定不要忽视孩子的情绪问题，在看到孩子的情绪出现问题时，就要采取积极的手段进行挽救。

专家提醒:

造成这种局面的原因有很多，一个很重要的原因就是当下的孩子多数都是独生子女，他们在优越的条件中长大，衣来伸手，饭来张口，又受到家人过多的溺爱，因此，这就使很多孩子养成了一味任由其性子做事的习惯。他们以为自己是家里的小皇帝，父母娇生惯养，任何事都百般宠爱，做错了事也不舍得批评一句。久而久之，在他们心里，做事的尺度就不存在了，唯一有的就是他们自己的喜恶，全然不顾及别人的感受。

【理论阐释】

情绪对孩子成长的重要性

事实证明，在事业上有所成就的人，大多懂得如何控制情绪，比如，美国历史上伟大的总统亚伯拉罕?林肯、伟大的数学家阿基米德、中国古代的智囊诸葛亮、靠控制情绪而保存生命的陈平。

而那些不懂得控制情绪的人，往往被坏情绪所困，暴露了他们性格的缺陷，成了敌人攻击的要害。例如历史上的关羽，就是一个不懂得控制情绪的人。孙权为儿子向关羽女儿求婚，关羽以“犬子哪能配虎女”的辞令回拒，何其爽快；攻襄樊，水淹七军，使曹操吓得想迁都，此时的关羽威震华夏，何其威风。可是，吕蒙白衣渡江，使得关羽败走麦城。世人说关羽是“大意失荆州”，倒不如说他情绪管理不当，是骄矜狂妄所致。

第17节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(2)

人在一生中遇到各种各样的矛盾和问题是在所难免的，如各种压力、家庭矛盾、婚姻受挫、经济拮据、遭遇灾难、失去亲人等，这些因素都会使人产生这样那样的不良情绪，如焦虑、抑郁、紧张、恐惧、愤怒、妒嫉、脾气暴躁等。那么，坏情绪对人会产生哪些危害呢?

1?烦躁、压抑、愤怒、恐惧、焦虑状态会使人产生某种身体疾病，如高血压、糖尿病、冠心病、消化性溃疡、过敏性结肠炎、癌症等。对已患了某种疾病的人会进一步加剧生理功能紊乱，降低对疾病的抵抗力，加速原有疾病的进一步恶化。同时，还会导致注意力、记忆力、思考力等功能的减退。

2? 如果情绪长期保持消极状态，并且不能及时进行自我调节，会妨碍个体正常的心理健康，导致人悲观失望，对一切都毫无兴趣和激情，对生活失去信心；同时导致社会功能的下降，如上学、上班、家务、社交能力削弱；如果进一步发展，严重的抑郁情绪得不到有效的干预，容易酿成自杀或伤害他人的悲剧。

3?不良情绪不但影响本人的生活质量，还会影响人际交往，会破坏周围人的好心情，导致人际关系紧张或恶化。对于正在成长的孩子，生活在坏情绪环境当中，会潜移默化地影响孩子的健康情绪发展，甚至导致其不良行为或人格障碍。

4?不良情绪的持续发展，还会诱导某些精神障碍，如精神分裂症、双向情感障碍、痴呆、强迫症、恐怖症、疑病症等，亦易发生交通事故。

情绪对一个人一生的发展有着至关重要的作用，能够对情绪进行控制的人往往能很巧妙地处理自我的心理危机，化解各种烦恼，从而做自己情绪的主人，那么，他们的成功也就很容易了。

但是，一个总是被情绪所困的人，却无法让自己的心智摆脱情绪的困扰，也不能完全释放自己的潜能。因为，不良情绪总是让人失去理智，失去正常的思维能力，失去判断是非的智慧。

现实生活中，每个人的情绪都会时好时坏。可是，我们必须学会控制自己的情绪。卡耐基说："学会控制情绪是我们成功和快乐的要诀。"黑泽明曾说："情绪失控的人，不能对事物有更全面更准确的认识，也不能理智地面对生活中的种种考验。要想掌握自己的命运，赢得成功的人生，一定要学会控制自己的情绪。"

孩子的情绪问题对孩子的成长至关重要。积极的情绪对孩子的身心发展能起促进作用，有助于孩子潜在能力的发挥，消极的情绪则可能使孩子的心理失去平衡，甚至影响他的人格建构，影响他未来的生活和事业。

专家提醒：

孩子的情感往往是最真实的，他们的喜怒哀乐就是自我内心的表达，出现情绪化的原因一般是由于自身的一些需要未得到满足。一件在成人看来是极小的事，常常可以引发孩子十分强烈的情绪波动，甚至引起情绪的"海啸"，使孩子的表情、声调、手势和姿态发生变化。这时，他们内心的防线就打破了，于是就会出现发脾气、使性子之类的反抗行为。此时，就需要家长进行有效的干预，进行正确的教育和引导，从而避免孩子的心理出现问题。

第18节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(3)

【育子良方】

让孩子意识到不良情绪的危害

情绪是人们对客观事物是否符合或满足自己的需要而产生的一种态度或内心体验。打个比方来说，娜娜听到同学正在说她的坏话，就会产生气愤的情绪；梅梅正在夸她的小伙伴鲜鲜，鲜鲜则会产生愉快的情绪。再比如说，芳芳正在观看一部电影，电影中悲伤的镜头让她产生难过的情绪；何亮登上领奖台时微笑着向大家挥手，则显示了他快乐的情绪。

人们的不良情绪主要包括两大类，即过于强烈的情绪反应和持久性的消极情绪。这两种情绪对人的身心健康是十分有害的。下面我们来看几个事例：

事例一：在《儒林外史》中，范进中举的情景想必大家都十分难忘。范进多年考不中举人，直到他五十多岁时，才终于听到自己“金榜题名”的消息，不禁“喜极而疯”。

事例二：在《三国演义》中，周瑜虽然才华出众、机智过人，但是，他气量狭小，终被诸葛亮巧设计谋，断送了风华正茂的生命。

事例三：有一个粗心的医生，把两个病人的诊断报告弄错了。结果，原来那个没有癌症倾向的病人由于医生的错误诊断报告而极度伤心、痛苦，情绪极不稳定。过了一段时间，这位病人再到医院检查，果真发现有了癌症倾向。而原来那位有着癌症倾向的病人，却因为拿到了没有癌症倾向的诊断证明而情绪变得高涨，心情变得愉说，病情渐渐好转。

可见，过于强烈的情绪反应和持久性的消极情绪都会给人们带来危害。

凡是能够符合或满足我们需要的事物，就会引起我们的积极态度，产生肯定性质的情绪，如满意、愉快、喜爱、振奋等；反之，就

会引起我们的消极态度，产生否定性质的情绪，如悲哀、恐惧、愤怒、厌恶、焦虑、忧郁等。

孩子的不良情绪包括持续性的恐惧、沮丧、愤怒、焦虑、悲伤、犹豫、嫉妒；情绪淡漠；对环境变化缺乏情绪反应；情绪低落；情绪不稳；情绪倒错，也叫情绪分离。

不良情绪会影响孩子的身心健康，给孩子带来许多疾病，如内分泌紊乱、神经衰弱、精神失常等。当孩子感到悲观、失望、忧愤、恐惧时，其机体内就会产生过多的肾上腺素。如果长期处于这种不良情绪中，就会引发身体疾病。如果孩子经常处在不良情绪中，就容易任性，乱发脾气，从而处理不好人际关系，甚至还会产生孤独感和抑郁症等。不良情绪可使孩子缺乏积极向上的精神，注意力不集中，从而影响其学习，如记忆力下降、厌学、成绩下滑等。

那么，父母如何让孩子意识到不良情绪的危害呢？不妨从以下几点做起：

1?让孩子认识自己情绪的类型

第19节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(4)

一般来说，孩子的情绪包括乐观型和悲观型两种。同样是面对桌上的半杯水，乐观的人就认为杯子的一半是满的，悲观的的人就认为杯子的一半是空的，你可以用这个方法考察一下孩子的想法。在实际生活中，当孩子表现出不同的情绪时，父母可以适时地帮孩子认识情绪的类型，比如，当孩子哭泣、悲伤时，可以恰当地告诉孩子："哭泣是不好的，悲伤会让人变得很丑。"再比如，当孩子在失败后还面带微笑时，告诉孩子："宝贝，你很乐观，你是最棒的！"孩子将来会面对人生的诸多曲折、难题，正确的对策是尽力去解决它。

2?帮助孩子了解自己的情绪周期

当孩子处在情绪高峰期较少焦虑时，身体的活力、胃口和睡眠都处于最佳状态，即使有破坏情绪的事发生，也可能一笑了之；当孩子处在情绪低落期时，世界都是灰蒙蒙的，没有什么能激起他的兴趣，开始变得多愁善感，对事物特别敏感；当孩子处在情绪中间期时，表现得积极乐观，情绪平稳，处理问题合理而顺手，可以作出比较成熟的决定。一般来说，情绪周期是在童年建立起来的。在孩子童年时，帮助其了解情绪周期正是恰当的时候。当孩子出现情绪周期变化时，要让孩子想想自己的情绪周期是什么情形，并下决心减少不良情绪周期的频率。尤其是孩子处在情绪低落期时，父母一定要让孩子意识到不良情绪的危害，如，每当孩子有规律性地产生不良情绪时，父母可以这样告诉孩子："孩子，你放松一下。"

3?让孩子意识到焦虑的危害

孩子的焦虑一般会通过言语或信息表现出来，如说话声音颤抖或变声、紧张的姿势、神经质的动作、瞪大眼睛的表情以及出汗等。孩子的焦虑可由任何威胁机体健康的情况所引起。如，对其身体有害的威胁，对其自尊的威胁，对其超过个人能力限度的学习产生的压力，各种挫折、矛盾和环境变化等。

当孩子产生焦虑情绪时，我们应正确地引导他们。如在日常生活中，孩子通常寻求的目标并不能在短期内实现，在其向着一定目标前进的过程中，总是有外在与内在的障碍和干扰，这种受挫常可导致焦虑情绪的产生。我们可以关切地引导他们，给他们讲述焦虑带来的危害和不良后果，然后，再帮助他们排除障碍和干扰，从而顺利实现目标。

4?让孩子意识到抑郁的危害

孩子抑郁是其面临重大挫折时产生的一种低落消极的情绪反应，表现为对外部一切事物失去兴趣，表情淡漠，对人不热情，认为没有什么东西值得付出努力，对任何事情都看得十分暗淡而无希望。当孩子情绪异常低落，并有失眠、厌食等情况产生时，你可以这样关切地告诉孩子抑郁的危害："宝贝，抑郁是不好的，如果你长期处在痛苦的折磨中就会让身体生病的，朋友们也会远离你，所以，不要这样了。"

第20节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(5)

专家提醒：

其实，孩子的不良情绪有很多，父母在让他们意识到不良情绪的危害时，一定要根据实际情况，循循善诱，耐心指导。当你把这些道理给孩子讲清楚时，孩子就会意识到不良情绪的危害，而努力不让自己陷入不良情绪中。

冲动让孩子失去理智

爱冲动的人总是容易失去理智。孩子冲动时，会很难控制自己的情绪，因而失去理智，做出让我们十分失望的事。孩子偶尔冲动在所难免，如果经常出现冲动逆反的情况，就会影响其身心健康，尤其易使孩子性格出现偏离和行为异常。

容易冲动的孩子无论在什么情况下，总是会觉得自己委屈了，有时候会用自己的拳头去征服别人，去报复别人。

容易冲动的孩子探索欲和占有欲都特别强，看见什么新鲜东西，都想扑过去抢，或者伸手去抓，往往不计后果。比如，不走大路，偏偏要走高低不平的曲折小路；一会儿可能去触摸饮水机的开关，过了一会儿，可能又会去爬窗台。虽然额头上已经摔出了大大小小的伤疤，屁股也多次被父母教训，但是，还是不停地惹麻烦，做一些很危险的事情。

李强的儿子冠群上小学二年级，特别容易冲动，总是毫无理智地做一些令人担心的事情。不仅在家里经常发脾气、摔东西，而且在学校也会仅仅为了一两句话，就和同学大打出手。他根本不能控制自己的情绪。

有一次，李强接到儿子班主任的电话，说冠群在学校里和同学打架，把那个同学的鼻子打流血了。李强接到电话后急冲冲地赶到学校。原来，冠群和同学玩纸牌，输了不服气，就动手打那个与他玩游

戏的同学，其他同学报告老师。老师来了，他还是冲动地不能控制自己，最后一个狠狠的拳头把那个同学的鼻子打流血了。

这样的孩子怎么能让家长放心呢？孩子爱冲动总是让父母的神经绷得紧紧的，总是担心他会惹祸，会出事。

一般来说，孩子容易冲动的因素主要有两大方面，既有生理因素，也有社会因素。

生理因素是指孩子中枢神经系统的发育不够完善，特别是大脑皮层兴奋和抑制过程还很不平衡。因此，一旦他们遇到紧张刺激，就会非常激动而不能自控。比如，三四岁的孩子，神经系统的兴奋过程和抑制过程虽然都有发展，但兴奋过程仍占优势，所以这个年龄的孩子在行为上容易引起兴奋，不能约束自己，从而发生冲动行为。

社会因素往往是父母对孩子百依百顺，使他的冲动行为得以强化。其次，就是父母过分地“保护”和限制孩子。比如，不允许孩子与小伙伴在一起玩等，时间长了，孩子会很封闭，缺乏集体合作的体验，于是就形成了“以我为中心”的思想，一旦有什么不满就会表现冲动。此外，环境的不良刺激，如家庭气氛的紧张，父母对待孩子教育的不一致，缺乏双亲配合的爱以及遇有疾病或外伤的打击等都会导致孩子的兴奋而产生逆反和冲动。比如，有些孩子因为常常受到父母打骂，形成暴躁性格，不能控制自己，因而会出现冲动行为。

第21节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(6)

除了生理因素和社会因素之外，还有孩子自身的因素。孩子的情感是不稳定的，好冲动，遇到喜欢的事就愉快，遇到厌恶的事就不高兴，他们不能有意识地控制和调节自己的情感，如，几分钟前还在大哭大闹，几分钟后就“雨过天晴”，笑声朗朗了。

当孩子因冲动而失去理智时，很多父母会手足无措。对待爱冲动的孩子，父母不妨试用以下几种方式：

1?耐心引导

如果孩子出于好奇心而引起冲动，把东西搞坏了，父母不要打骂孩子，而应耐心地引导他，给他讲清楚东西损坏了是很可惜的，要求他以后做事要细心、认真，并启发和帮助他对感兴趣的事情进行探索。

2?冷处理法

比如，有的孩子会出现“人来疯”现象，家里一来客人，他就十分冲动，什么都不顾了。父母一时也难以说服他，这时可采取冷处理，不理他，等客人走后，再对他实施适合的教育。

3?以身作则，言传身教

父母应以身作则，做到言传身教，给孩子树立良好的榜样。比如，父母应善于调控自己的举止行为，坚持正面教育的原则，改掉那种动辄打骂的教育方法。

4?父母管教要一致

面对孩子冲动时，父母一个唱白脸一个唱红脸是很不好的，这会让辨别力不强的孩子陷入迷茫，因此，父母对孩子的管教一定要一致。同时，在对孩子的爱中还应提出要求，使孩子懂得为所欲为的做法是绝对不允许的。同时父母要有修养，不急躁、不愤怒，要用冷静理智的态度来对待孩子。

5?转移孩子的注意力

比如，两个孩子正为争一个玩具而哭泣时，你可以用另一种游戏转移孩子的注意力。当孩子融入另一种游戏的快乐中，就会破涕为笑。

总之，随着孩子神经系统的逐步发展和心理水平的不断提高，以及父母的正确教育，孩子自制力也会逐步加强，从而他们的冲动行为也会相对减少。

专家提醒：

孩子容易冲动，原因不一，父母只有认真对待孩子的冲动，才能避免他们因冲动而失去理智，惹出祸端。父母可营造安静平和的家庭气氛，减少或杜绝一些暴力刺激的来源，使孩子在平和安静的气氛中静心进行阅读或手工制作类的活动，从而减少发生冲动行为的可能性。

教孩子学会发泄不良情绪

多数家长肯定有这样的亲身体验：当孩子发脾气时，你往往会火冒三丈，大声训斥孩子立即停止吵闹，甚至一巴掌打过去。这样的做法对孩子的成长极其不利。对孩子来说，产生情绪是再平常不过的事。当一个成人发脾气的时候，旁观者尚会知趣地离去，或者好言相劝，何况对一个孩子呢?

第22节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(7)

孩子往往很难控制好自己的情绪，如孩子恐惧、喜悦、悲哀、愤怒时，常常会发泄自己的情绪。而很多父母并不了解这一点，因此，自觉或不自觉地对孩子像对大人一样要求其情绪平稳，不让孩子宣泄情绪。结果，一些孩子压抑惯了，长大后，性格抑郁沮丧，心理不够正常。

孩子遇到自己不满意的事情时，自控能力往往比较差。当得不到他想要的东西时，感觉就像到了世界末日。当父母对他说不能做什么事时，他就会感到完全没有可选择的余地。

因此，当孩子因为某种原因，哪怕是不合情理的原因而产生不良情绪时，一定不要采取批评、打骂的方式去遏制孩子的情绪，而要允许孩子去发泄，并懂得采用适当的方法引导孩子把不良情绪发泄出来，而不是憋在心里。

那么，家长该如何引导孩子发泄不良情绪呢？下面几个方法可供参考：

1?哭是孩子情绪宣泄的一条重要渠道

有人说过，家长对孩子最残忍的事莫过于不让孩子眼眶里的泪水往下流。几乎所有的家长都不舍得让自己的孩子哭泣，更不曾引导孩子用哭来宣泄自己的情绪。

当孩子遭遇恐惧、委屈、愤怒时常常会用哭来表达内心的感受，此时，家长不要哄劝孩子停止哭泣，或者强行压制孩子不许哭。因为，哭泣可以让在紧张状态中的孩子变得轻松。

虽然哭是孩子情绪宣泄的一条重要渠道，是孩子情绪的自然流露，但绝不是唯一的渠道，而且也不是最好的渠道。因为这种方式往往会让周围人以为是孩子不坚强的表现，得不到周围人的同情和理解，相反，常会使人感到烦躁不安。因此，引导孩子哭泣也要适可而止。

2?转移也是孩子宣泄情绪的良好途径

当孩子遇到冲突和挫折时，不要让孩子过多关注所遭遇的事情，而要引导其从这种情境中摆脱出去，尽早投入到自己感兴趣的活动中去。例如，孩子因为与其他孩子出现争执而受到老师批评，家长不要指责孩子不听话，而要跟孩子谈谈心，讲讲老师为什么要批评他，然后，可让他到室外去踢一会儿球，在剧烈运动中将积累的情绪能量发散到其他地方。

3?倾诉是一种处理孩子情绪的好方法

倾诉是缓解压力的重要途径，如果不能让孩子学会倾诉，那么，久而久之，孩子遇到什么事情都不愿向家长及他人倾诉，而是把心事闷在心里，长此以往，就会造成孩子的心理危机。

倾诉可以缓解人的压力，让人把紧张的情绪释放出来。要让孩子学会通过这种途径来排解情绪，在遇到冲突或挫折时，要鼓励、引导孩子将事由或心中的感受告诉他人，以寻得同情、理解、安慰和支持。孩子对成人有很大的依赖性，成人对孩子表现出的同情或宽慰会缓解甚至清除孩子的心理紧张和情绪不安，即使在孩子倾诉并不合乎情理的情况下，也要耐心地听下去，至少保持沉默，等待孩子情绪的风雨过后，再与他细作理论。

第23节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(8)

专家提醒：

情绪一旦产生，宜疏导而不宜堵截。精神分析学派的奠基人弗洛伊德充分肯定了情绪宣泄对维护心态平衡的作用，他认为，通过倾诉、哭泣、运动等途径，能减轻精神上的症状。当孩子遇到挫折或者感受到不愉快时，让他能不受压抑地通过言语或非言语的方式表达自己的情绪，可以减轻他心理上的压力。

告诉孩子几点快乐法则

每个孩子的成长环境不同，个体也有所差异，因此，孩子不快乐的表现也不尽相同。如果父母无法了解孩子不快乐的原因，让其一直保持悲观、难过的状态，就会影响到孩子的健康成长。

一对夫妻带着7岁的儿子来到了一家咨询室。他们告诉心理医生，孩子还小，非常希望他能够继续读书，可是闷闷不乐的孩子死活不愿再去学校。

经过家庭互动，心理医生了解到孩子心里有很多愤怒和委屈，父母和老师对孩子的误解以及父母对孩子气急败坏的打骂，造成孩子对学习极为反感，每天郁郁寡欢，没有一点儿笑容。

这个孩子特别调皮，也特别聪明，父母都期望他老实听话，父母的这种想法让他吃了不少苦头。孩子已经用他所有的语言行为告诉家长：我是个调皮的孩子，而父母却要用父母的威严来告诉孩子:你必须当一个听话的孩子。

正是因为父母读不懂孩子，孩子才会不听父母的话，因而不快乐，进而想办法反抗。心理医生了解了这对夫妻的教育方式后，给他们制定了一个适合孩子的教育计划与方法。经过四次咨询，孩子的脸上终于见到了笑容，情绪也慢慢得到了改善，和父母的关系也变好了，他开始喜欢上学，喜欢读书。期末考试时，孩子的成绩提高非常大。

可见，教育方式是否适合孩子直接影响到孩子快乐与否，也决定了孩子制造快乐能力的高低。

孩子不快乐向来都不是他一个人的问题，即使他不想上学、迷恋网吧，也都是以牺牲自己的成长为代价而向父母做出的警示。可是，很多父母都读不懂孩子这些症状背后的意义，孩子为此也付出了惨重的代价：从小就很严肃，总显得很懂事，有少年老成的嫌疑，讨厌做作业，被父母监管甚至暴打之后才肯做作业；上课喜欢做小动作，不专心听课；不想上学，对学校和作业不感兴趣，认为自己不是学习的料；经常被老师批评，被父母批评；有明显的行为异常或情绪异常，等等。

作为父母，应该学会识辨孩子常见的“不快乐外衣”，孩子不快乐时就像身体不舒服时一样，都会发出各种各样的信号以引起父母的注意，比如多动（因生理引起的多动除外）、注意力不集中，都是典型的要引起父母注意的行为症状。很多时候，父母大都会把问题直接推向孩子，责怪孩子不听话，自控力不强，甚至认为孩子有病，带孩子去吃药。当父母用了这样的方式来面对孩子时，孩子的问题症状得到父母的“大力支持”而快速发展，有时会转变为其他症状。

第24节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(9)

天下所有的父母都希望自己的孩子快乐地生活，健康和快乐是父母给孩子最深情的祝福，那么，孩子快乐的性格如何形成呢？心理学研究者认为，一个人的性格不是一朝一夕就能形成的，也不是先天就可以遗传的，而是人出生后不断受周围环境的影响和熏陶以及自身实践、长期塑造的结果。因此，孩子的快乐性格可以培养。在孩子成长的道路上，父母应掌握以下几点快乐法则：

1?管束不要太严，让孩子有自主权

对一个人来说，能主宰自己的命运是一件很快乐的事。如果总是父母说了算，孩子没有任何选择的权力，孩子就会觉得自己受到约束限制、任人摆布、无能无力，这样，孩子心中自然不会快乐，而且会变得懦弱、性格压抑。

父母不妨给孩子一些自主选择的权利，比如，让他选择自己喜欢的衣服、学校等。当然，给孩子自主并非完全放手，而是要父母从旁指点。

2?学会调节自己的情绪

人生的道路都不是一帆风顺的，总会遇到乌云。只有善于从消极沮丧的情绪中迅速地恢复过来，才能健康快乐。父母帮助孩子调节和恢复情绪的方法有很多，比如，让孩子转移目标，回忆一些快乐的往事，让孩子参加各种活动，教孩子换一个角度考虑问题，和孩子交谈等。一旦孩子学会了做自己情绪的主人，那么，他就有了快乐的性格。

3?与人交友、和睦相处

没有朋友的人是不会快乐的。引导孩子与小伙伴与同学交朋友，热情欢迎孩子的朋友到自己家里玩，引导孩子同情、体谅、帮助他人等。孩子能与人和睦相处，就可以分辨人的快乐，也能让别人分享自己的快乐。这样，朋友多多，快乐也多多。

专家提醒：

孩子的不快乐常常是因为父母不理解孩子，父母应定期与心理老师进行沟通，解决孩子不快乐的问题。解决孩子不快乐问题的关键不是孩子与心理老师沟通，而是父母。父母获得充足的教育孩子的知识和方法是帮助孩子走出不快乐阴影的最快最有效的途径。

对待脾气暴躁的孩子怎么办

孩子脾气暴躁的表现是多方面的，不讲理，喜欢跟人吵架、打人，稍有不顺心就哭闹不止，等等。孩子形成暴躁的性格，容易产生暴躁的不良情绪，主要因为以下几点：

1?家人的溺爱

家人的过分疼爱会使孩子滋生一种以自我为中心的意识。当父母听到孩子的无理要求时，本不想答应，但孩子一发脾气，就立刻加以满足，这是一种最糟糕的做法。因为孩子从这样的事情中知道，发脾气是满足愿望和要求的最有效的手段，于是就变得更容易发脾气了，造成了恶性循环。

第25节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(10)

2?家庭教育缺乏一致性和一贯性

比如，母亲认为是好事，父亲说坏；爷爷同意的事情，奶奶偏要阻拦；今天禁止的事情，明天又鼓励孩子去做。这样就会增加孩子的受挫感，从而导致其烦躁和暴躁。

3?父母对孩子的要求过于严格

父母对孩子要求过于严格，就会造成这样的情况：孩子稍有过错或没按要求去做或做得不好，父母就会严加训斥，甚至狠狠地揍孩子一顿。父母的这种做法只会造成不良的结果。如使孩子感到不满和压抑，这种不满和压抑会在以后的某种场合中表现出来。

此外，疾病和生理条件也是引发孩子脾气暴躁的原因之一。如神经衰弱的孩子特别容易兴奋、发脾气，处于疾病和疲劳状态中的孩子也常常有烦躁不安、易于发火的表现。

很多父母经常会为孩子的暴躁脾气所惊讶，简直不知道该怎么办。父母必须记住，如果像孩子一样不去控制他暴躁的脾气，事情只会变得更糟。

蓝蓝是一个7岁的孩子。有一天，爸爸对她说："蓝蓝，妈妈和我明天要一起去外边进晚餐，你明天和保姆阿姨一起吃饭吧！"

"不行！"蓝蓝大声嚷嚷道。

"对不起，宝贝，明天是我和你妈妈8周年结婚纪念日，我们一定要单独在一起庆祝一下。"爸爸又说。

"不行！就是不行！"蓝蓝仍旧坚持自己的想法。

"这孩子，管不了你啦？真不听话！"爸爸有些生气地说。

蓝蓝开始变得焦躁不安，开始摔桌子上的书本，继而嚎啕大哭起来。

爸妈决定把她隔离，让她在隔壁的小房间里单独待一会，以为这样她就可以听从父母的话。没有想到，她在小房间里声嘶力竭地又哭

又喊，还不停地摔打每一件触手可及的东西。

半个小时过去了，蓝蓝的哭声变小了，但她仍然没有平息因暴躁而引发的怒气。

爸妈在外面悄悄打开了房门，蓝蓝仍然没有停止她的破坏行为，她甚至开始自残，把自己的手往墙里抠，还把头往墙上撞。

像蓝蓝这样的孩子并不少见，父母往往不知所错。如果孩子暴躁地发脾气时，父母能够对其进行正确的引导，一切都会有所好转。

方方一向都是个很固执的孩子，她认准的事决不回头。稍不如意，她就会大发脾气，对此，她妈妈十分头疼，总提防着她的坏脾气爆发。

妈妈常常对同事说："我的女儿一般都很乖，就是脾气一上来的时候，怎么说怎么劝都不行，真是软硬不吃。"她的同事问道："她总是有原因的吧？不会无缘无故就哭闹吧？"

此后，妈妈就留心观察方方，发现她总是在大人不耐心或有恼怒表情后开始"发怒"，而且纠缠不清。妈妈不禁有些醒悟，也许方方看到大人生气会想到他们不再爱她，所以有危机感，她或许是因恐慌而暴怒。

第26节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(11)

有一次，方方又闹起来，这次妈妈没有训斥她，也没有表现出厌烦，而是和颜悦色地拥抱她，并对她说：“妈妈知道你心里难过，能不能告诉妈妈为什么难过呢？”方方吞吞吐吐地说：“我看你刚才生气，以为你不喜欢我了。”

“傻孩子，妈妈怎么会不喜欢你呢？刚才妈妈情绪不好，所以对你态度也就不好了。可是妈妈是喜欢你的，你要相信妈妈。”这样，以后每当方方想要发怒时，妈妈总是向她声明自己爱方方。这的确使方方平静了许多，她不再没完没了地“找麻烦”了。

对孩子的培养和教育本来就是一件极有风险的事，因为父母稍不当心就会损害孩子的情感，并给其个性带来终身“残疾”，这种损失比任何投资都要惨重得多。父母需要细心观察孩子，理解他们，允许他们自由地表现，在理解的基础上进行引导。只有如此，才能保证他们的心理健康地成长。

暴躁的人不仅容易伤害自己的身体，而且极易树敌，不利于事业的发展。孩子的暴躁行为常常是由一些小事引起的，这对孩子的健康成长极其不利。当孩子暴躁发脾气时，父母可以这样做：

1?让孩子认清发脾气的坏处

要让孩子认清：为了一点儿小事就大发脾气，容易伤害别人的感情和自尊心，也是不尊重他人的行为。不尊重别人，就得不到别人的尊重。

2?创造一个良好的家庭氛围

父母要在孩子面前，心平气和地处理事情。在这种环境和氛围下，孩子的性格会受到良好的熏陶。

3?让孩子参加一些“磨性子”的活动

比如，让孩子参加学校或校外的书画兴趣小组，在书画练习中陶冶性情；让孩子一起剥毛豆，理韭菜，参加诸如此类的家务劳动可以

培养孩子的耐力和毅力；在双休日，与孩子一起进行登山、远足等活动，磨练孩子的意志，增强其自我控制能力。许多实践证明，这些活动实施一年后，有发脾气习惯的孩子都有了不同程度的进步。

4?教育孩子学会自我控制

孩子自制力一般都很差，当他发脾气时，你可以这样告诉他：当你想要发脾气时，可反复默念“不要发火”、“没什么要紧的”等放松的语句；或者让他到外面去玩，这样“气”头一过，也就不存在发脾气的事了。

5?少责备，多赞扬

孩子暴躁发脾气时，不要过多责难，更不应实行体罚。那样做的效果只会适得其反。父母应更多地关注孩子平和的行为，并就这些行为加以赞扬，投去赞许的笑容，让孩子在不知不觉中培养平和的个性。千万不能让孩子时时提心吊胆，总是担心自己又做出激烈的让父母讨厌的行为。孩子越是提心吊胆，就越容易出格，越容易发脾气。

第27节：情绪：让孩子做自己情绪的主人(12)

6?采取不理睬的态度

当孩子大哭大闹时，可以采取不理睬的态度，必须使其意识到哭闹是无济于事的。等孩子停止了哭泣，能够心平气和地回答问话时，再去教育他。孩子看到成人态度坚决，自然会停止哭闹，听从教育。

7?坚决制止孩子的暴躁行为

当孩子出现打人骂人的暴躁行为时，父母应坚决制止，要使他明白自己的错误行为在别人身上所产生的影响，严肃讲清道理，并引导孩子自觉采取补救措施。

另外，孩子发脾气不但于事无补，而且还会越闹越僵，直到一发不可收拾。当孩子发脾气时，不妨让他换位思考一下，如果别人对他发脾气，他的心里会是什么感觉。让孩子想想发脾气的后果，学会“三思而后行”，他的脾气就会慢慢平息下来。

专家提醒:

孩子之所以会形成暴躁的性格，与自身体质有一定的联系，如甲肾上腺含量较高的孩子，脾气往往就比较暴躁。当然，最根本的原因还是孩子个人情商低，缺乏自我克制能力。另外，家庭教育中父母的某些不正确方式，如打骂、放任、溺爱等，也是造成孩子脾气暴躁的原因。父母应帮助孩子矫正暴躁的性格，消除这种不良情绪，使其健康地成长。

第28节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(1)

第三章情感——爱的教育影响孩子一生的幸福第三章情感——爱的教育

影响孩子一生的幸福 对孩子进行爱的教育，让其懂得爱的内涵，懂得正确对待各种爱——亲情之爱、爱情之爱、友情之爱、人间之爱，让其明白具有爱心是不可缺少的美德，也是生存所必需的情感。一个不懂爱、缺少爱的人不会体验到生活的美好，也难以正确地处理与他人之间的关系，更难以对他人施以爱心。

【现状展示】

孩子普遍情感淡漠

一位中学老师在上课时问学生一个这样的问题："父母每天辛苦地照顾你们，对你们那么关爱，你们该如何回报他们呢？"谁知，学生的回答令他震撼，有个学生说："我不觉得他们辛苦啊，也没发现他们对我有多关心。"

又如，学生在公共汽车上见到老人或孕妇都装作没看见，坐着不动；有些学生看到有人需要帮忙，也不知道伸手帮助一下；还有的学生经常对同学打骂，甚至辱骂老师……

一幕幕这样的事件让我们认识到一个很残酷的现状：孩子的情感世界简直是一片盲区！

在我们的身边，我们不难发现有些孩子很富有爱心，懂得关心他人，关心小动物，爱护花草，但也有相当一部分孩子似乎没有感情，情感极度冷漠，对他人不仅不懂关爱，还常常搞些破坏性的行为，给他人造成这样那样的伤害。

雨梦小时候特别懂事，别人给她零食或玩具，她每次都一个劲儿地道谢；她还特别有爱心，总是懂得关心父母，关心小伙伴，家里有什么好吃的，她也总不忘给爸妈和外婆分一点儿。

可到了七八岁时，雨梦竟慢慢开始“冷漠”起来，不仅不知道对人关心了，还动不动就命令父母给她做这做那，而且稍不满意就大吼大叫。有一次，她爸爸送她去上学，由于雨天路滑，她爸爸一下子摔倒了，而雨梦却在一旁哈哈大笑，根本没有上前过去扶一下或问候一句。

有不少教育界人曾经提出关于加强对学生情感教育的问题，新华社也发起过关于“孩子情感冷漠”的大讨论，然而一直以来，这一问题还是存在于一代又一代的孩子身上。二十世纪六七十年代的雷锋精神曾影响了几代人，人们都争相献出爱心，帮助弱小人群，而今，时代进步了，社会发展了，人们的感情世界却变得越来越空虚、冷漠。我们都不难注意到这样一些现象，上下班路上，经常会有因为踩脚、碰车而导致的打架事件，有人仅仅因为一点儿小事就闹得鸡飞狗跳，根本不懂得宽容忍让。有些人总是显出一副冷漠的面孔，冷冷地看人血肉模糊地躺在地上，也不会打个120急救；有些人总是摆出一副神圣不可侵犯的样子，对谁都冷冰冰，傲慢且狂妄。

每个人都有七情六欲。有开心，有烦恼，也有忧愁，有爱也有恨，然而，面对生活中的酸甜苦辣，不同的人，却有不同的情感。

情感丰富者懂得释放和处理自己的情绪，能够创造出和谐的人际关系。当他们受到鼓励时，就像加满油的汽车，铆足劲冲向目标；当他们遇到挫折时，也会启动自我鼓励功能，充满信心地向前。这类人生性活泼开朗，感情很丰富，很容易被感动，富有同情心，能够站到对方的立场考虑问题，爱憎分明，敢爱敢恨。

而另一类人对情绪的体验较迟钝，不温不火，对高兴的事提不起精神，对厌恶的事无动于衷，可以说是情感淡漠的人。情感淡漠指一个人漠视他人、漠视情感乃至漠视生命，只将注意力集中在个人狭窄的领域，为实现个人目标而损害他人利益，漠视他人的感受。这类人一般不受人欢迎。

曾经有个大学生因为一点儿小事而将别人毒死，他曾是化学大赛的第一名，还被保送到北大读书，可他却因为一位同学不答应做他的朋友而将其投毒害死，结果造成他被判刑11年。这是典型的情感淡漠的表现，情感淡漠的人往往感到生活的压力很大，常感觉生活空虚无聊，从而严重降低了生活的质量。在这种压力下成长，人就会丧失原本的良知和道德，进而出现不关心人，感情冷漠。

专家提醒：

其实，孩子情感淡漠的原因很大程度上在于父母做的不到位，是家长对孩子情感的教育不够，对其情感世界比较忽视。

【理论阐释】

爱的教育影响孩子的一生

第29节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(2)

2004年，在云南的某所大学里发生了一件震撼人心的事：一名叫马加爵的大学生杀害了同宿舍的几名同学，并且手段极其残忍，是用锤子从后脑击打致死。原因仅仅是这几名同学在与他打牌时，怀疑他作弊，并用言语侮辱他。这让马加爵怒火中烧，又加上平时他们对他的种种嘲讽和欺辱，马加爵便无法忍受而动了杀机。

事后，教育专家分析，这件事发生在马加爵身上，并非偶然。因为，从小马加爵生活在一个缺乏爱和温暖的家庭，家里穷困，父亲脾气暴躁，总是殴打他和母亲，这让年幼的马加爵心里留下了极大的阴影，成了他日后犯罪的根源。

冰心说:“有了爱就有了一切。”陶行知说:“爱是一种伟大的力量,没有爱就没有教育。”爱是人类最伟大的情感,是所有高尚品质和美好道德的核心。夏丏尊在《爱的教育》序言中写道:“教育之没有情感，没有爱，如同池塘没有水一样。没有水，就不成其池，没有爱就没有教育。”他还说：“学校教育到了现在，真空虚极了。单从外形的制度上、方法上，走马灯似的更变迎合，而于教育的生命的某物，从未闻有人培养顾及。好像掘地，有人说四方形好，有人又说圆形好，朝三暮四地改个不休，而于池的所以为池要素的水，反无人注意。教育上的水是什么？就是情，就是爱。教育没有了情爱，就成了无水的池，任你四方形也罢，圆形也罢，总逃不了一个空虚。”

由此可见爱的教育的重要性。对孩子进行爱的教育，就是让其懂得爱的内涵，懂得正确对待各种爱——亲情之爱、爱情之爱、友情之爱、人间之爱，让其明白具有爱心是不可缺少的美德，也是生存所必需的情感。一个不懂爱、缺少爱的人就不会体验到生活的美好，也难以正确地处理与他人之间的关系，更难以对他人施以爱心。

中国自古就是“礼仪之邦”，“爱”的内涵更是融入儒道而外化为多种表现形式。如孔子的“仁政”，提倡对老百姓给以仁义道德的管理措

施；墨子的“兼爱”、“尚同”，讲的也是对人民要有爱心。在西方，家长从小就对孩子施以爱心教育，让他们懂得敬爱父母、尊重他人、热爱祖国、善待自然、保护弱小等。

前几年，在美国校园发生过一起枪击事件。当时，一家媒体的报道让人震撼:一位女教授在这次事件中死了，她的家人在她的葬礼上宣读了这样一封信：“此时此刻，我们非常悲痛，但我们相信，有—个家庭比我们更悲痛，就是凶手的家人，此刻，我们愿意赐福给他们，共同来承担这份悲痛……”

按照常理，杀人凶手总是会受到人们的斥责和痛恨，然而这位死者的家人却不忘记给对方一份关爱，在指责凶手的时候，受害者的家人却把一份关切送给了凶手的家人，这是多么伟大的行为。

第30节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(3)

爱超越国界，跨越仇恨，它让人们体会到无私的温暖，它是一切力量和奇迹的源泉。所以，给孩子施以爱的教育至关重要。让孩子在被人爱中感受温暖、快乐,并由此学会爱别人,帮助别人,形成健康的人格。

然而，现在的孩子接受的是电视类的快餐文化和虚幻的网络世界,这使得他们的情感世界极其匮乏，他们的头脑里基本没有崇高、感动这类词汇。

家长们在“爱的教育”上存在一个严重的盲区,那就是认为教孩子帮别人、爱他人,就是教孩子“学傻”。他们认为，无私地帮助别人必然会使自己受到损失或伤害，会使孩子走上社会后“吃亏”。同时，有些父母还会通过自身的行动,向自己的孩子做出一些错误甚至恶劣的示范。

爱是人类生存和发展不可缺少的条件。“爱的教育”是全面提升未成年人思想境界和道德修养的一个很重要的组成部分。家长要通过言传身教让孩子懂得爱是人类伟大的情感，也是自身发展不可缺少的动力。

现在的孩子多半是独生子女，他们从小就习惯了接受，认为别人的付出都是应该的，根本没有想过回报，因此，他们对父母、他人、社会、国家缺少爱。

作为家长，不要过多溺爱孩子，要教育孩子有爱心。

教育家苏霍姆林斯基说：“善良的情感是良好行为的肥沃土壤。”要教育好自己的孩子，家长应如《论语》所言：“吾日三省吾身”。其次，要积极引导孩子体验情感。具体来说，可以从以下四个方面来教育：

1?给孩子体验生活的权利。要让他们参与劳动，通过劳动，他们才能体验到生活的辛苦。

2?把握好“爱”的时机。盲目地给予孩子自己所谓的“爱”，那不是爱，而是一种占有欲的发泄，是对孩子的一种误导。只有当孩子迫切地产生某种需求时，父母及时给予帮助，才能充分体现爱的价值。

3?多与孩子沟通情感。俗话说：“知恩图报”。其关键还在一个“知”字，知都不知，何谈“报”呢？家长要多与孩子谈心、交流，这样才能在他心里种下爱的种子。

4?多给孩子讲些有关爱的故事，多让他看和爱有关的短片来激发孩子的爱心。就如2008年发生的汶川大地震中，涌现了多少爱心人士，他们捐钱、捐物，甚至以他们宝贵的生命来救助灾区的人们。正是全国各族人民的共同努力，才使得灾区人民度过难关，重新建立美丽的家园。这类的故事和短片对孩子都有很大的教育意义。

5?父母作好榜样。父母的一言一行孩子都看在眼里，记在心里。父母首先应有爱心，平常多给贫困山区或灾区捐些钱和衣物，多帮助需要帮助的残疾人或孤寡老人，尽自己的一份力量来为国家减少一些负担。

第31节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(4)

专家提醒：

古语说得好："爱吾者，吾恒爱之；敬吾着，吾恒敬之。"爱是相互的，只有对他人付出爱，才会得到别人的爱。家长应教育孩子，用自己的爱心来赢得他人乃至全社会的爱。那样他才会有更多的朋友，会在他的人生之路上带给他很大的帮助，他也会生活得更加快乐、幸福。

【育子良方】

让孩子懂得感恩

曾经有则这样的新闻：

有个三十多岁的男子因为家穷一直娶不到媳妇，就把自己的父亲活活打死了。因为他认为别人之所以嫌弃他，就是因为父亲没有给他一个富裕的家，才导致他娶不上老婆。

父母含辛茹苦把他抚养大，他却忍心将父亲杀害，不要说有一点儿孝道的心，连最起码的良知都没有了。

还有一个真实的事件：

一个22岁的女孩子与母亲发生争吵后，把自己反锁在房门整整5天，不吃不喝，任谁劝说都不听。起因是近期她母亲的服装生意不景气，卖掉自住宅，母女两人搬到工人宿舍住。为此女儿指责妈妈不心疼女儿，让她受了委屈。最后母亲怕孩子出个什么三长两短，就央求她可怜可怜母亲，并且答应她所有的条件，不但会尽快买个房子，还会给她买回那套她想要的化妆品。

相类似的事在生活中处处可见。有些孩子不但不知道珍惜上学的机会，反而不好好学习，拿着父母的钱到处乱花——买零食、到网吧聊天、打游戏，甚至打牌、赌博。

有个10岁的小男孩，父母几年前都因病去世了，他和行动不便的爷爷住一起，生活十分困难。因为学习成绩很好，社会上有个好心人

主动和学校联系，要求资助他。

节假日，这位好心人把他接到家里去玩，结果这个孩子的表现令人反感：随意翻家里的东西，对人没有礼貌，在他们家也不知道做任何事，连吃饭都要等着别人端碗；当他们给他买衣服，给他钱的时候，他根本没有一点儿感激的意思，一句感谢的话都没有。他们以为一个苦孩子一定是非常懂事的，可是孩子的表现使得全家大失所望。结果，暑假后，这位好心人撤销了对这个男孩的资助。他说："一个孩子连一点儿感恩之心都没有，反而觉得别人给他帮助是理所当然的，这样的想法会让他失去自立的精神，会害了他。"

知恩感恩，是中华民族的优良传统，也是我们构建和谐社会的基础。

感恩不外乎是感谢父母的养育之恩，老师的教育之恩，爱人的关爱之恩，朋友的帮助之恩等等。一个懂得感恩的孩子会更珍惜自己的生活，善于发现事物的美好，感谢他人给予的一切，感受平凡中的美丽，就会以坦荡的心境、开阔的胸怀来应对生活中的酸甜苦辣。让孩子学会感恩，从而让孩子以友善之心对待他人，尊重他人的劳动，也更加尊重自己。

第32节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(5)

而如今的孩子在家长“再苦不能苦孩子”的娇纵下变得只有自己，不知道去关爱别人，变得任性、自以为是，对父母和他人冷漠，不懂得感恩。家对于他们来说只是个吃饭睡觉的地方，从不会想到帮父母做些力所能及的事，就连父母病了，也不懂得照顾父母，反而常常惹父母生气，长时间和父母“冷战”，稍有不满意就冲着父母大喊大叫，稍不顺心就想着离家出走。父母无私的爱成了廉价的爱，成了一种使其反感的束缚，实在让人感到忧虑和担心。

莎士比亚说：“一个不知感恩的孩子比毒蛇的牙还要尖利。”

有位哲人曾经说过：“世界上最大的悲剧或不幸，就是一个人大言不惭地说没有人给我任何东西。”如果一个孩子只知道接受别人的爱而不懂得感激和付出，长大后绝对不能和同事、朋友友好相处，这种习惯必定对他终生都是有害的。

常听到家长抱怨：“我对孩子挖肝掏肺，孩子却对我冷漠无情。”可是那都怨孩子吗？其实，许多家长对孩子娇生惯养，自己有不可推卸的责任，是他们没有教育好自己的孩子，才造成孩子如今的状况。

究竟是什么造成了孩子不知感恩的局面？家庭、学校，还是社会？首先是家庭，很多家庭忽视了对孩子情感的沟通与教育。其次是学校，虽然教育改革的呼声早已响遍大江南北，可学校教育的模式还是基本停留在以“发展智力”为主的教育上，缺少德的教育。最后，社会没有更多地呼吁孩子学会感恩，缺乏相关的激励机制。新闻大多是国家大事，电视上的广告也大多是产品广告，公益广告很少出现。不过，面对这种状况，我们不必过多地去责怪孩子，因为孩子的教育是父母和老师的责任，是社会的责任。

作为父母，我们应该在对孩子付出爱的同时，用心让孩子懂得爱是平等的，是双向的，是相互付出和得到。

1?父母要反思自己的行为

孩子缺乏感恩之心，与父母有很大关系。有的家长对待亲人、朋友很吝啬，不知道施以爱，而是一味索取，比如对老人不孝；对家人不好；得到朋友的帮助，不知道感谢。所以，在教育孩子时，父母首先应该反省一下自己：当接受别人的关怀、帮助、祝贺时，是否表示过真诚的谢意？此外，淡化甚至忽略对孩子感恩意识的培养，让孩子感受不到父母的关爱，将孩子萌芽的感恩之心给扼杀掉的行为，也是孩子不懂感恩的重要因素。

2?让孩子懂得这个道理：爱应当是双向的，滴水之恩，涌泉相报。一个只懂得向他人索取而不懂得回报的孩子，长大后将不仅不懂得孝道，不知回报亲人。更不会帮助他人，自然也不会得到他人的相助。

第33节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(6)

3?身体力行，让孩子看到你对长辈的孝道

孝顺长辈是日常生活里让孩子体会感恩的最基本做法。平时多帮自己的父母做家务，并且告诉孩子：爷爷奶奶年纪大了，自己煮饭、打扫都很辛苦，平常没有帮到忙，所以回来时要多为父母尽点儿力。这样一来，孩子看到了父母的行动，也了解到感恩的意义，以后也会帮父母做家务。

4?与人交往不忘感恩

在与身边的人乃至不认识的人相处时，都要给以积极的帮助，并且在得到他们的帮助时，要把自己的感恩之心传递给孩子，让孩子也感觉到受人以恩，不能忘却。

感恩教育是家庭教育的重中之重。如果孩子能拥有一颗感恩的心，他就会发现生活的美好，感受到平凡生活中的美丽，懂得珍惜拥有的亲情、爱情和友情，主动关爱亲人、朋友和周围的其他人。感恩，让孩子知道每个人都在享受着别人的付出给自己带来的快乐，有助于他们良好品格的形成，使孩子一生受益无穷!

专家提醒：

感恩是人的一种美德，是一种健康的心态，是一种良知，是一种动力。感恩，让孩子懂得珍爱生命、善待人生，学会尊重他人，时时怀有感激之心；感恩，让孩子从内心生起一份浓浓的幸福感，让他们的生活充满欢乐和阳光。

从小给孩子种下爱心的芽

中国自古就是“礼仪之邦”，“爱”的内涵更是有多种表现形式。如，孔子的“仁政”，墨子的“兼爱”。孩子从小就应受到各种“爱心”教育，如孝敬父母、尊重他人、热爱祖国、爱护大自然、帮助贫困的人等，并且更要落实在具体的行动上。爱心教育是让孩子受益一生的教

育。一个充满爱心的人，会变得更自信更快乐。孩子拥有一颗爱心，就会有一份快乐人生。

阿鹏的妈妈偶然发现同学阿南家庭条件不好，很多孩子还欺负他，歧视他。怎样帮助这个孩子?也让自己的孩子在一个和谐友爱的环境中成长？阿鹏的妈妈就找到班主任商量。老师说：“这个孩子现在最大的困难就是没有朋友，我看阿鹏很有爱心，那么就从您的孩子开始吧。”

回家后，阿鹏的妈妈对阿鹏说：“你们班有一个人现在很痛苦，因为他没有伙伴，但是他很可爱，你愿意和他玩吗？”阿鹏表示很愿意，就主动和阿南一起玩，一起做作业。慢慢地，更多的同学和阿南一起玩，从此再没有同学欺负阿南了。当阿南对阿鹏说感谢的时候，阿鹏心里乐开了花。

由此可知，孩子的爱心是需要父母引导的。父母时时浇灌孩子心里的爱心之芽，才能使孩子主动为他人奉献爱心。

帮助弱小是最典型的爱心的体现。罗曼?罗兰说过：“要散布阳光到别人心里，先得自己心里有阳光。”家长的阳光就是一颗热爱孩子的心，有了爱心才会多赞扬、多激励、少训斥，就能用家长的爱去唤醒孩子的爱。

第34节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(7)

从小给孩子的内心种下爱心的种子，让它在孩子的心中生根发芽，成为孩子行为习惯的一部分，将会使孩子终生受益。

1?注意细节，时刻不忘熏陶孩子

孩子成长于什么样的家庭环境，对于孩子性格的形成有直接的影响。如果父母不注意自己的言谈举止，将会给孩子造成不可预知的坏影响。爱心的缺失可能会让孩子不懂得表达与接受爱，也可能让孩子变成自私自利的人。

有这样一个故事：

某所高校举行一次募捐活动，一个二年级的男生拒绝捐款，后来在好友的劝说下，极不情愿地捐了10元钱。当别人问他为什么这么缺乏爱心时，他非常不屑地说："为什么要我捐款呢？他们可以靠自己呀，我也很穷，谁来给我捐款呢？"听起来，这话似乎也不无道理，但是却反映了他对别人的冷漠。后来，他说，从小时候开始，母亲就教育他，对于那些靠别人帮助过日子的人，不要去同情他们，人都应该靠自己生活。他还记得，有一次因为自己给了路边一位行乞的老大爷几块钱，母亲把他骂了个狗血淋头，从此以后，他就再也不敢去帮助别人了，以至于长大后，他变得越来越冷酷。最后，这个男生因为没有朋友，觉得生活没有意义而患上了抑郁症，在一个没有人知道的夜晚自杀了。

这位母亲悔恨不已，她说自己怨恨这世界，所以就教育孩子不要去同情别人，她以为这样做可以让孩子学会独立，可是没有想到却害了儿子。

在幼小的孩子心里要种下爱心的芽，不要让冷漠成为孩子的启蒙。时常让孩子去帮助别人，时常给孩子讲一些爱心故事，时常让孩子去参加一些公益活动，让爱心的种子在孩子心中根深蒂固。

2?家长组织一些活动，让孩子亲身体验到爱心的意义

周末的时候，带孩子去一些诸如动物救助站、敬老院、残疾人学校等地方，让孩子通过亲身实践来体会爱心对他人的重要性，让他知道爱心的真正意义，感知爱心的力量。

3?利用电视等，对孩子进行爱心教育

现在，十个孩子九个都爱看动画片，看动画片已成为大多数孩子生活内容的一部分。在看动画片的过程中，孩子其实正在直接地接受思想、观念等的熏陶。动画片中的人物、故事都在无形中影响着孩子，宣扬着善恶、真假的观念，其生动的形象，感人的情节，极容易为孩子们接受且产生共鸣。如果父母能给予正确的引导，寓教于乐，对培养孩子的爱心会起到很大的作用。

专家提醒:

爱心永远是人类无法或缺的情感，一旦失去爱心，人的生活就如同行尸走肉，没有了生气。对于孩子来说，从小受到爱心教育，会让他们懂得如何更好地面对世界，在必要的时候做出理智的选择，不会因为冷眼旁观而失去道德感与正义感。爱心应该是终身的教育，成长在爱心中的人必然会用爱心去帮助别人。

第35节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(8)

让孩子懂得孝道

有一篇这样的报道：

松下公司招聘员工，总裁松下对应聘者总是会问一个相同的问题：你曾经为你的母亲洗过脚吗？多数人的回答都是否定的。松下就告诉他们先回去给母亲洗过一次脚以后再来应聘。一个企业招聘员工为什么还要考察其是否孝顺呢？这跟工作有很大的关系吗？松下是这样认为的：如果一个人对自己的母亲都没有感情，他能对同事、对企业有感情吗？

孝敬父母是中华民族的传统美德，可现在有些孩子被父母娇生惯养，何曾能体验到父母的艰辛？何曾想过回报？对许多孩子来说，他们所得到的一切都是父母应当给他们提供的，甚至，如果父母未能满足他们的要求，他们还会觉得父母无能，父母不对。可他们从没想过父母为自己付出了多少心血，自己又给过父母什么帮助，是否为父母分担忧愁。

现在的孩子动辄以与父母有代沟、无法沟通为由，来开脱自己不孝顺、与父母感情冷淡的罪名。而实际上，这是他们不能理解父母、不能爱父母的表现。父母之情是世界上最伟大、无私的感情，没有比这种感情更让人温暖和幸福的了。父母永远把孩子看成是最宝贝的，舍得为孩子舍弃一切。而有些孩子却不懂得体贴父母，为父母分忧，他们认为受恩父母理所当然，缺少起码的感恩之情和报恩意识。

曾看到一篇文章“大学生母亲被拒门外”，内容是说：

衣着破旧的母亲千里迢迢来看大学生儿子，因担心衣着破旧的母亲被外人看到后笑话，这名大学生竟将来探望自己的母亲拦在校门口，说“你快走吧”，“谁吃这个”。母亲带来的一篮粽子也让她原封不动地带回去，最后，这位母亲不得不含泪离开。

“儿不嫌母丑，狗不嫌家贫”，作为堂堂一名接受高等教育的大学生，竟然因为自己那所谓的“自尊心”，而将千里迢迢来探望自己的母亲拦在门外，于心何忍？

有时候，孝顺并非是要为父母做什么，但首先要有一颗体恤父母的心。要在做事说话时照顾到父母的感受，不要让父母的心凉了。

发生在学生身上的这些事，显示了家长在教育方面的问题。如今许多为人父母者望子成龙，望女成凤，只是希望子女有一个美好的将来。孩子也认为，只要读书好就是对父母的最好报答，只要成绩好便可从父母、学校那里得到物质上和精神上的满足。长此以往，就会导致孝心的缺失。

古人云：“父母之恩大于天。”一个不懂得孝顺父母的人，如何能承担起对国家、对社会的责任？我们应该思索怎样才能为他们补上这一课。笔者认为可以从以下几个方面去努力。

第36节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(9)

1?给孩子一些关于孝顺的教材，让他们自己去领悟

小云今年上小学五年级，她妈妈每天在家里为她忙活，洗衣、做饭，而她却从未帮妈妈做过什么。平时妈妈每天早上都帮她把书包、物品都准备好，侍候她去上学。而小云却没有过一点儿感激之情，反倒常跟妈妈顶嘴。她爸爸觉得孩子太不像话，就想给孩子上上课。于是，一个星期天，她爸爸拿出一个光碟来放，里面讲述的是一个孩子如何孝顺母亲的故事。孩子在看的过程中流下了眼泪，之后，对父母说："我以前做得太不够了，没有孝顺你们，以后我会做好的。"

让孩子看到别人是如何孝顺父母的，会让他大受启发，反思自己的行为，进而向别人学习。

2?让孩子替父母做家务

别心疼孩子，给他们一点儿家务干，让孩子从家务中体会生活的艰辛，从而也体会父母的不易。比如，让他们洗碗、洗衣、拖地、购物等，并且告诉孩子："帮助父母干点儿活，父母就能稍轻松一点儿。"

3?制定家规

让孩子知道怎么样做是孝顺父母的行为，怎样做是大逆不道。具体的家规为：尊重父母，体贴父母，了解父母，亲近父母，关心父母。不要和父母顶撞，不要影响父母工作与休息，不要惹父母生气，不要独占独享，不要虚荣攀比。

专家提醒：

孝心无价，教育儿女要趁父母健在的光阴，多孝敬自己的父母，给他们一个快乐幸福的晚年，不要等将来有"子欲养，而亲不在"的感叹与懊悔！

给孩子上堂"爱情课"

如今好些孩子都有早恋的倾向，这令许多家长为孩子的将来担忧。不可否认，爱情是人生中最美好的体验，是神圣的。但是体验爱情要有一个先决的条件，那就是年龄。家长应及时给孩子上堂“爱情课”，让孩子对爱情有一个正确的认识。

不得不承认，孩子日常的学习生活是有些枯燥乏味，而电视上、网络上和广告中那些俊男靓女的浪漫邂逅又是那么让人难以忘怀。“如果也能发生在自己身上该多好呢。”这可能就是一部分早恋产生的最初心态。毕竟，异性的关怀和同性绝对不同，对于男孩子来说，渴望得到女孩子的关注，这种关注本身可能就是他的需要。对于女孩子来说，可能需要他人对自己的欣赏。尤其对于青春期的孩子来说，本身由生理变化带来的躁动不安已经让他们心烦意乱，甚至可能焦虑、抑郁。这个时候有个能够关心自己、互相倾诉的对象是他们的内心需要。如果有个很帅的男孩子在学校门口等自己，对于很多女孩子来说是虚荣心的极大满足，关键是这仅仅是一种正常的青春期萌动，家长和老师应正确恰当地处理早恋。

第37节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(10)

张女士被老师叫到学校谈话，谈论的竟然是孩子“早恋”的问题，这令她非常惊讶，她怎么也想不到自己听话、勤奋好学的女儿竟然“早恋”了。况且孩子今年才上初一，学习成绩也很不错。后来老师拿出了“证据”——几张纸条，是她和那位男生上课时相互写的，被老师看到后没收了。另外，据说有同学看到他们放学之后牵着手一起回家。“这么小就早恋，不及时管就糟了。”老师皱着眉头语重心长地对张女士说。

张女士非常生气，于是在孩子放学回家后，对孩子痛打了一顿。这次“暴力惩罚”似乎起到了作用，老师说最近她已经不跟那个男生说话了，放学也不在一起走了。可是，从此以后，孩子的学习成绩却渐渐变差了，老师还经常看到她总是盯着书本发呆，不管怎么跟她谈心，她都没有精神学习，人也消瘦了很多，还旷课、迟到、上网。

这样的“悲剧”已是屡见不鲜，家长管教孩子当然没有错，可是要看对象、分情况、讲方法。对于孩子来说，只要对她适度的教育和引导就能够让她意识到问题的严重性，打并不能解决问题，强硬的管理反而会使孩子产生叛逆，疏远与父母之间的距离，况且有的时候，所谓的“早恋”其实并没有我们想象的那样严重，它可能只是缺乏安全感、需要关怀和对自由的渴望。家长要和孩子多沟通，理解孩子的想法。

如发现真正来源于对异性情感的“早恋”，家长首先应禁止孩子早恋。其次，让他们了解爱情所需要承担的责任，目前的他们为什么不适合去进行一场如同成人一般的“恋爱”。最后，要教育他们以学习为重，等他们将来有所成就时再谈恋爱也不迟。

有的家长在教育孩子这方面做得就很好。有位母亲在她女儿16岁生日那天，郑重其事地在赠给女儿的贺卡上写下一句话：“爱情是一朵美丽的浪花，然而你生命的航船却要绕开它，小心翼翼地行驶，因为

你稚嫩的双桨还载不动如此神圣的职责。”但是早恋教育在多数家庭还是一句空话。许多家长认为只要给孩子攒下一笔钱，在孩子成人后给孩子成个家就尽了责任和义务。他们不敢接触爱情的话题，电视上出现接吻的镜头，就恨不得用双手遮住孩子的双眼，似乎这样就能阻止孩子的青春萌动。其实，处于青春期的孩子对异性有好感，这很正常，况且孩子早晚都要面对自己的爱情，但要禁止孩子早恋，一旦陷入了早恋的泥潭他们就会难以自拔，需要通过讲道理和生活中的实例来让他们明白早恋的危害。

早恋并不可怕，可怕的是孩子对家长关闭了心灵之窗，对他们守口如瓶。有的孩子因为早恋的苦闷无处宣泄，得不到及时的疏导，导致以自尽来结束自己年轻的生命，还有的则放纵情欲。据报载，因父母不准早恋，16岁少女毒杀双亲，这样的事更让人触目惊心……

第38节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(11)

也有些家长认为自己的孩子学习成绩好，必定心无旁骛，与早恋无关。孰不知，越是智能高、发育好的学生，早恋心态越容易萌发。如果没有对爱情美好神圣的向往和责任感的认识，只凭一时的冲动去求爱，那将遗恨终身。那么，家长应如何教育孩子以防止早恋的发生呢?

1?随机应变的教育

爱情教育中，知识成分相对较少，大多是观念和态度的养成，应学会随机应变，从日常生活中引出讨论。比如，看电视的时候，尤其关于爱情的电视，孩子就可能发出疑问：为什么他抛妻弃子，跟另外一个女人好了呢?这时就可以跟孩子谈谈关于爱情应承担的责任，主人公做法的对与错、好与坏，孩子也容易接受并且熟记于心。看爱情片，最好选些有教育意义的片子，如《泰坦尼克号》，剧中爱情的奉献和自我牺牲精神令人回肠荡气。总之，生活是最好的教育，要联系生活中的实例教育孩子。

2?做孩子的爱情榜样

孩子的爱情观或多或少会受到父母的影响。不论你们的感情怎样，哪怕已经打算离异或者已经离异，都不要忘记做到“相敬如宾”。至少要让孩子明白你们对爱情的态度是认真的，不是随随便便的，这些都会对孩子的将来产生很大的影响。

3?为孩子的阅读精挑细选

让孩子多阅读一些世界名著，一来培养阅读能力，二来提高写作水平。名著大多是小说，而小说中或多或少会有一些关于爱情的描写，所以家长在为孩子选择书的时候，应该把好关。例如《简?爱》就是一部不错的描写爱情的作品。有的名著要等孩子有能力参悟其中的道理时再读。

父母应多跟孩子共同交流，在敞开心扉的交谈中，询问孩子对爱情的看法，也可以向孩子谈起自己的爱情经历，坦露自己的青春情怀。那样的话，父母与孩子就不会有太多的隔阂，孩子也愿意跟父母讲自己的学习和生活情况。即使孩子有早恋的倾向，父母也能及时引导，教育其向良好方向发展。

专家提醒：

爱情教育也是避免孩子早恋的好办法，具体的方法可以是引导与讨论结合，从小就让孩子有对爱情的认识，让纯洁的爱情观去战胜生理上的冲动，让孩子在快乐的情绪中完成人生必修的一课。

让孩子明白友情在一生中的重要性

友情在一个人的一生中究竟有怎样重要的地位？用瑞士文人海塞的话说："比荣誉、美酒、爱情和智慧更宝贵、更使人幸福的东西是友谊。"

友情是人生中一笔值得珍惜的财富，它可以超越身份、地位、金钱，成为一个人一生中最值得炫耀的财产。古代的先贤哲人都以朋友遍天下为一种无上的荣耀，庄周曰："莫逆于心，遂相与友"，李白曰："人生贵相知，何必金与钱"，张九龄曰："相知无远近，万里尚为邻"……足见友情的重要性。

第39节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(12)

但现在大多数人似乎并不相信友情，他们认为，在人与人之间以利益相通的今天，友情更多地蒙上了市侩的色彩，变得不再纯粹。这话是有一定道理的，但因此不再相信友情的重要性，就让人不能苟同了。纵使世界变得纷繁混浊，纵使人们相互之间唯利是图，友情也不应该被抛弃，而是更应该得到重视，有句老话不是说“秦桧还有仨朋友”，虽然是嘲讽，但从另一种角度来看也体现了友情的珍贵。

新闻报道中时常会有这样的故事：某个人身患绝症或是倾家荡产，出现在他身边的除了亲人之外，往往是他的朋友。当你遇到困难又不愿意家人担心的时候，你最先想到的是谁？99%的人想到的是自己的朋友。这样看来，友情在一个人的生命中占据着重要的地位。

当然，朋友也分为很多种类型，有同甘共苦的患难之交，有青梅竹马的幼年伙伴，有志同道合的故友新交，也有狐朋狗友、酒肉之友、利益之交，严格意义上来说后三者不能称得上是朋友。我们应该明白真正意义上的朋友才值得交。

作为家长，要首先学会区分朋友，珍惜真正的友情，才会教导孩子去认识友情，让孩子明白友情在一个人一生中的重要性。

对于孩子来说，拥有朋友是一件十分快乐的事，可以让他们的童年更加丰富多彩。还应该教育孩子明白友情的含义，不要认为他只是个孩子，这样做没有必要。孩子的内心是纯洁的，你在这时告诉他何为真正的友谊，会让他永远铭记，即使后来受到社会的污染，他也会矢志不渝地坚守着最初的认识。

1?引导孩子正确认识友情

孩子的思想毕竟是单纯的，很多时候，他们不能准确地判断事情的是非曲直，作为家长应该对孩子进行正确地引导，防止孩子陷入误区。

平时，多给孩子讲一些关于友情的故事，帮助孩子理解真正的友情，让孩子从故事中形成自己的友情观，也可以让孩子多接触一些关于讲述友情的电影、电视剧，让孩子更加明了自己的认识。

其中，最重要的是在孩子的心灵上种上友情的种子，让孩子懂得友情对于一个人一生的重要作用，从而自己学会与人交往。

2?鼓励孩子学会与他人成为朋友

孩子的友情也许是这个世界上最纯净的友情，他们可以因为只是两个人都喜欢同一种食物而成为朋友，也可以因为两个人同时拥有相同的玩具而成为朋友，还可以因为两个人打过一次架而成为朋友。在他们眼里，朋友是一个可以和自己一起玩耍的人，可以让自己的生活多一些色彩。

所以，家长应该鼓励孩子与别人交朋友，让孩子不断地从别人身上看到优点，同时找到自己的不足。在这个过程中，孩子不仅会得到锻炼，还会迅速地成长。家长要带孩子走出房间，到外面的世界去结识更多的伙伴，让孩子自己去确定自己的朋友圈。你只要防止孩子与不良人员成为朋友就可以了。

第40节：情感：爱的教育影响孩子一生的幸福(13)

3?教导孩子与人真诚交往

真诚是友情天长地久的重要保障，只有坦诚相待，才能得到别人的友谊。在孩子与他人的交往中，要时刻提醒孩子用一颗真诚的心去对待别人，不在同伴面前撒谎，不利用朋友，对于朋友的错误要真诚地提出，并帮助他一起改正。

教导孩子以自己的真诚去换取别人的真诚和尊重。让孩子相信，只有真诚相待，才会得到坚固的友情，面对别人的误解也要用真诚去消除，而不是采取极端的手段。在孩子的心中树立一个坚定的信念：精诚所致，金石为开。

专家提醒：

就如柯蓝所说："对友情的唯一考验，是长久不变的真诚。"友情对于任何人来说都是人生不可或缺的重要组成部分，真正的友谊对于一个人的一生有着至关重要的影响，它可以使一个人有勇气面对生活中遇到的艰难险阻。对于一个孩子来说，让他从小就认识友情的重要性，会对他的人生产生不可预知的影响。

第41节：有什么样的性格，就有什么样的命运(1)

第四章性格——有什么样的性格，就有什么样的命运第四章性格——有什么样的性格，

就有什么样的命运 孩子的性格很大程度上受父母性格的影响。孩子从出生开始首先接触的就是家庭，父母的言谈举止、音容笑貌都会给孩子的性格发展打上深深的烙印。如果父亲不拘小节，谈吐粗鲁，儿子也往往油嘴滑舌，污言秽语。孩子其实就是父母的影子。

【现状展示】

孩子的性格缺陷越来越多

田蕊学习很认真，是英语课代表。一次，英语老师在班上批评同学没有按时交作业，顺便说“课代表要负起责来”。没想到她竟然跑到老师办公室，一脸严肃地质问老师：“为什么要这么说，你到底什么意思？”并且她还要求老师为这句话向她道歉。老师很尴尬。同学们说她经常喜怒无常，会因为一些莫名的小事发火。因此，她和同学、老师的关系都极为紧张。

孩子的敏感与脆弱的心理让我们震撼，这种性格真令人担忧。

有位王女士说自己的孩子有性格缺陷，让她很苦恼。那天是六一儿童节，幼儿园举行了一个文艺表演，让家长去看孩子的节目，去之前她很高兴，心想，可以有个机会看看孩子在幼儿园的表现了。

然而结果却令她大失所望。小朋友们都很开心、很主动地跑过去排队唱歌，儿子却在后面磨磨蹭蹭，孤伶伶地与小朋友拉开了明显的距离。大家都拍着小手，扯着嗓子跟老师一起唱，儿子却只张嘴不出声，两只小手还不知所措地放在裤兜里不停地动。歌曲唱完了，他始终没有发出任何的声音，更谈不上有任何的动作。接下来做游戏时，小朋友都跃跃欲试，争先恐后地跑过去，或者把小手举得高高的等待老师叫自己的名字。一轮过去了，王女士小声鼓励儿子去参加，谁知儿子竟然撇着小嘴哭起来。直到最后儿子也没有参加任何节目。

社会发展到今天，几乎所有的变化都是日新月异的，我们的孩子也不例外，他们也在随着时代而变化。有些孩子的智力水平越来越高，但是性格上的缺陷也越来越多，这些性格上的缺陷在无形之中阻碍了他们的成长，成为家长和孩子最大的困惑。

综合诸多因素来看，影响孩子健康成长的主要性格缺陷有：

1?自卑。由于受到成长环境、家庭因素、遭遇挫折等因素的影响，部分孩子总是怀疑自己的能力，习惯性地贬低自己，缺乏勇气和自信，做什么事都缺乏信心。

2?孤僻、不合群。由于受到家庭或外界的影响，孩子的心理出现问题，变得不爱跟人交往，喜欢一个人做事。

3?脾气暴躁、任性。这类孩子的共同特征是爱发脾气，任意妄为，爱出风头，好攻击别人，缺少自制力。他们喜欢以对抗的方式对待人和事，对于自己不喜欢的人与事就采取不合作的态度，造成周围的人不愿意与其交往，有些则形成小团体，三五个性格相似的同龄人纠结在一起，对学校、集体更具有破坏性。

4?优柔寡断。做事拿不定主意，三心二意，没有坚定的信念。

5?冷漠、消极。他们对人、事缺乏热情，对集体、同学态度冷淡，不能适应周围的生活环境，一般都缺少朋友，人际关系较为紧张，常有自私的心理。

6?爱冲动，受不了诱惑。这种人情绪高度不稳定，容易兴奋冲动，办事鲁莽，缺乏自制自控力，从不三思而行，“干了再说”，是其基本性格特点。这类人群心理发育不成熟，判断分析能力薄弱，容易盲从或被人挑唆怂恿，对他人和社会表现出敌意、攻击和破坏性行为。

7?胆小怯懦，不敢去陌生的地方或跟陌生人甚至老师交谈，谨小慎微。一名女学生在夜里被猫叫声吓得浑身发冷，要打吊针压惊；另一名女生则因单元测试未写完作文而哭鼻子。这些看似不可思议的事，却恰恰反映出如今孩子心理脆弱的严重性。

特别需要提醒的是，孩子的性格缺陷并不只这些，一个人的性格往往又是复合型的，单一的分析常会失之偏颇，这需要教育者（学校、社会、教师、家长）在日常的教育中结合实际，准确把握孩子的思想性格，从而使教育更富效果。

其实，造成孩子性格缺陷的原因有很多，一方面是父母的原因，做父母的自身就有性格缺陷；另一方面是家庭的变故，使孩子出现心理阴影。据调查，单亲家庭可能给孩子带来的性格缺陷有这么几种：1、渴望和普通人一样的家庭亲情——好强。2、缺少一方亲人的呵护——缺少安全感。3、别人对待自己的眼光和其他人不一样——不自信。4、如果跟祖辈长大——孤僻。

第42节：有什么样的性格，就有什么样的命运(2)

因此，在性格形成时期，孩子表现出性格意志的缺陷时，父母不应任其发展，不管不问，而应引起重视并及时对孩子进行帮助、引导，使自己的孩子能健康快乐地成长。

专家提醒：

孩子的性格是经过后天不断的培养与教育逐步形成的，家长应该时刻关心孩子的性格特征。当孩子出现性格方面的缺陷时，要及时地帮助孩子，对孩子进行积极有效的引导，尽量让孩子形成完善的性格，这对于孩子的成长乃至他的一生都是十分重要的。

【理论阐释】

健康的性格是孩子成才的关键

性格有很多种，它们在人的成长中都会起到作用，但性格也有好坏之分，坏性格会破坏人的生活，好性格会促进生活的顺利发展。

古希腊剧作家赫拉克里特曾说："人的性格就是他的命运。"优良的性格品质是孩子成才的关键因素，有什么样的性格就有什么样的命运。相反，不良的性格乃至恶习则是一种破坏性的力量。缺陷性格对个人会产生三个方面的危害：

（1）影响身心健康，诱发多种疾病；

（2）社会适应力差，尤其难以处理人际关系；

（3）影响学习、工作的效率和生活质量，影响个人前途。

爱因斯坦也曾经说过："优秀的性格和钢铁的意志，比智慧和博学更重要。智力的成熟，很大程度上依靠性格，这点往往超出人们通常的认识。"这是因为性格的影响往往会渗透到其他方面，改变那些消极成分，巩固发展积极成分。

性格是一个人的思想品质的重要标志，良好的性格对社会有积极意义，使人上进，奋发图强，对孩子的成长起着至关重要的作用。

那么，孩子应具备哪些良好的性格呢？活泼开朗、热情直率、稳重端庄、勇敢坚强、认真细致、有自信心、独立性强、诚实、勤劳、正直、有协作精神、有活动能力、善于独立思考、善于观察、热爱学习、善于与别人相处、社会适应良好等都是孩子应当具备的。

孩子的性格很大程度上受父母性格的影响。孩子从出生开始首先接触的就是家庭，父母的言谈举止、音容笑貌都会给孩子的性格发展打上深深的烙印。如果父亲不拘小节、谈吐粗鲁，儿子也往往油嘴滑舌、污言秽语，孩子其实就是父母的影子。正如前苏联教育学家马卡连柯所说："你们怎样穿戴，怎样同别人谈话，怎样谈论别人，怎样欢乐或发愁，怎样对待朋友或敌人，怎样笑，怎样读报……这一切对青少年都有着重要的意义。"

孩子个性中的许多特征会影响他未来的发展，其中包括与人打交道、和他人共处的能力，从错误中吸取教训的能力，观察和询问的能力，愿意埋头苦干的精神，使自己有创造性、做事果断和雄心勃勃的能力。优良性格是孩子将来理想、信念和道德的基础，是孩子智能发展的强大动力，也是孩子将来人生幸福的主要条件，更是孩子将来事业成功的保证。

第43节：有什么样的性格，就有什么样的命运(3)

作为父母，如果忽视对孩子的性格培养，对孩子的恶习视而不见或任其自由发展，那么孩子的未来一定会很糟糕。据统计，犯罪分子中有很多是家庭发生重大变故的孩子。他们缺少父母和亲人的关爱，导致心理不平衡而报复社会，如偷盗，甚至杀人放火等。

历史上的帝王的性格在他们的成败原因上也占据了一定的位置。项羽因为性情残暴，失掉了天下士子和百姓的拥护，而刘邦和善，甚至能以约法三章等大得民心，终于打败项羽，建立王朝。还有刘秀和李世民，以宽厚仁爱、豁达大度的性格吸引了不少仁人志士。

由此可见，性格对于一个人的命运起着决定性的作用。在工作中，一些成功的人往往敢作敢为，遇事果断，在内对员工恩威并用，在外善于和客户交往，即使遇到困难和挫折也能临危不惧，妥善地处理好问题。而自卑和脾气暴躁的人，情绪不稳定，对别人乱发脾气等性格缺陷让人们产生反感，也就难以拥有成功的事业。

当今社会，家庭教育既是摇篮教育，也是终身教育。家长的品德修养、文化水平、教育方法以及家庭环境条件等对孩子的品德和心理成长有直接而重大的影响。父母首先要从自我做起，为了孩子，努力克服自己性格中的某些不足。

专家提醒：

优良的性格是孩子成功的关键，性格几乎决定了孩子一生的命运，父母一定要注意对孩子良好性格的培养，让孩子从小就具备良好的性格。对于家庭来说，性格教育是终身的教育，不要只是蜻蜓点水，也不要希冀一蹴而就，而应该体现在日常生活的方方面面、点点滴滴，在潜移默化中帮助孩子形成良好的性格。

【育子良方】

叛逆不全是孩子的错

案例1：康博才6岁，但是让家长很头疼。他的行为总是与家长背道而驰，犯了错误从来不承认，还经常和家长顶嘴。妈妈觉得这孩子太难管了，感到很无奈，也很无助。

案例2：已经上幼儿园的小丽，在家和在学校是完全不同的两个人。在老师和小朋友面前，她热情、爱学习、容易相处、乐意按照老师的要求做，并且经常得到老师的表扬。可是在家里，她总是和父母闹别扭，特别是对爸爸说的话，她一般都要反对，什么都要说“不”，用她父亲的话说就是“不听话”，这让她爸爸极为不痛快。

案例3：帅帅的妈妈也很不满意孩子的叛逆性格。帅帅8岁时父亲去世，他跟妈妈来到现在这个家，虽然继父对他也很好，但帅帅总是显得很叛逆，什么都跟继父对着干。如果妈妈批评了他，他就离家出走。这让他的妈妈很尴尬。

中国的孩子是在“命令”中长大的，父母说什么都要言听计从，不然就要遭到训斥。如果孩子说个“不”字，家长就觉得孩子太叛逆。 如今的孩子大都叛逆、任性，父母觉得很头疼，总是从他们身上找原因，试图把他们变成“良民”。叛逆全是孩子的错吗？其实，叛逆也有来自父母教育方面的原因。因此，当孩子有叛逆的行为表现时，父母不要责备甚至打骂孩子，要注意用适当的教育方法去引导孩子。

第44节：有什么样的性格，就有什么样的命运(4)

在上述案例中，小丽并不是和爸爸作对，而是心里不服气，为什么爸爸不允许她在看电视时吃东西。当小丽给爸爸提意见时，爸爸总是根据自己的心情选择是否接受，如果碰上爸爸心情不好的时候，爸爸是绝对听不进去的，还会乱发脾气，摆出家长的架子来压人。起初，小丽只是对爸爸的这种态度不满，渐渐地，这种不满就扩散到对爸爸说的所有话都不愿意听，最后导致小丽的叛逆心理越来越严重。

一些家长常常在孩子的教育上感到困惑和无奈，尤其是对进入青春期的孩子，很多家长面对孩子的叛逆有些无所适从。其实，孩子也需要别人肯定他的观点，得到别人的认可，一旦被否定，他们就会产生逆反心理。

当孩子出现一些问题时，家长习惯从孩子身上找原因，但其实有许多问题的产生根源是父母。父母要反过来想一想：自己总是抱怨孩子不听话，难道孩子天生就是一个不听话、爱捣乱的孩子吗？其实，孩子成长过程中出现的叛逆是正常现象，是孩子成长过程中必然经历的生理变化过程。父母一定要理智对待。回想一下，哪个父母年轻的时候没有叛逆的行为呢？

曾有一所小学做了一项“对爸爸妈妈哪些地方不够满意”的调查，调查结果发表在《青少年研究》杂志上。统计显示，孩子对爸爸妈妈不够满意的地方有几十多项，比如：当我想做自己的事时，他们总不让；动不动就发脾气；不了解我的心；要求太严，标准太高；不接受我的意见；说话不算数等等。

孩子们的这些心声都反映出他们希望更多地得到父母理解的愿望，作为父母，应该学会从孩子的心理特征出发，考虑孩子的思维方式，别以为孩子年龄小就什么也不懂。不管他们的想法是对还是错，家长千万不要实行强压政策，要懂得尊重并信任自己的孩子，给他们一定的自由空间，要知道说教不当只会适得其反。家长可以这样做：

1?多给孩子一些爱。缺乏爱的家庭，孩子往往会变得叛逆。因此，父母要注意多给孩子关爱，加强亲子关系。

2?学会向孩子询问。不要总是以一副家长的姿态去对待孩子，让孩子觉得与你之间有着遥远的距离，应当适当地向孩子询问，有些时候甚至可以采纳孩子的建议，按照他的想法去行动，这样会让孩子有一种被重视的感觉，他就不会和你南辕北辙了。

3?学会尊重孩子。孩子也是需要被尊重的，不要以为他年龄小，就忽略他的这种权利。中国有句古话说："敬人者，人恒敬之。"你如果能够尊重孩子，他也会反过来尊重你，这样的平等相处，他还会常常与你唱反调吗?

4?学会聆听孩子。当孩子希望你听一听他的想法时，不要找理由拒绝，你的这种拒绝有可能让孩子永远不再愿意和你交谈。学会聆听他的内心世界，可以让你更加了解他的所想所思，他也会因为你的聆听而找到自信，也就会尽量不与你发生矛盾。

第45节：有什么样的性格，就有什么样的命运(5)

总之，父母的教育方式直接影响孩子对父母教育内容的接受程度，不正确的教育方式不仅没有效果，而且还可能把孩子推向与父母期望相反的方向。所以，当孩子出现叛逆心理时，一定要正确对待，分析原因，叛逆并不全是孩子的错，有时候，也许是因为我们的过失导致孩子产生叛逆心理，正确的认识才能找到解决的方法，使孩子与家长都能够摆脱这种困扰。

专家提醒：

孩子大都会有叛逆心理，有时候他们是为了证明自己，有时候他们是为了能够引起父母重视。不论出于何种原因，家长都不应该只是采取粗暴的方式对待，要深入孩子的内心去聆听他们的想法，帮助孩子走出心灵上的困扰，也许你的一次理解与帮助可以改变孩子的一生。

帮助你的孩子走出封闭的怪圈

生活在繁华的都市里，高楼林立，家家户户都是闭门锁窗，对门相见不相识很常见。这种现实封闭的不仅是人们的生活，更重要的是封闭了人们的心灵。成长在这种环境中的孩子是不幸福的，他们失去了与同龄人交往的机会，更多的独处可能会让他们陷入封闭的怪圈。

曾有一位山里的教师,为了扩展孩子的视野，带领学生去看山外高大的楼房建筑和广袤无限的世界，让孩子们知道世界是如此精彩，激励他们走出贫穷落后的山村。这位老师真的很伟大，他的做法改变了很多孩子的命运。更重要的是，他打开了孩子封闭的心，让孩子用一种更宽大的胸怀拥抱这个世界。

那么生活在城市里的孩子呢？他们也许就没有这么幸运了，没有人带领他们去观望这个世界，即使是他们有机会去接触这个世界，也必定被事先告知，不要和陌生人说话，不要听信他人的任何说辞，遇事最好保持沉默。这样一来，我们的孩子的内心能不封闭吗？

有这样两个故事也许会给我们一些启示。

故事一：一部叫做《心灵捕手》的电影讲述了一个天才的故事。这个孩子具有与方仲永一样的潜质，却因为某种原因在哈佛大学里打扫卫生。一位数学教授在新学期开始时，给学生们出了一道难题，希望到学期末时能够有人来证明结论。没过几天便有人证明了它，但这个人不是他的学生，而是打扫走廊的清洁工。教授出了一道更难的题目，结果还是被迅速证明了。教授查出来这都是一个叫威廉的清洁工做的，这使他大为吃惊。而令他更吃惊的是，威廉是个小混混，他跟几个小混混住在一起，打架、偷盗，得到的法院传票已经堆了一大摞。同时，教授发现威廉患有严重的自闭症。他虽然潜身在哈佛，却不愿意融入这个社会，他鄙视眼前的一切，不把任何人放在眼里，包括哈佛的教授。而他之所以跟小混混们在一起，是因为这些人率直，讲义气，可以让他生活得较为轻松。

第46节：有什么样的性格，就有什么样的命运(6)

后来，教授保释出了威廉，送他去接受心理辅导。但是两位全美著名的心理学家都受到了威廉的嘲弄。无奈之下，教授找到了自己的一个教师朋友。起初这位教师也同样受到了威廉的戏弄，但这位教师并没有放弃，而是选择对威廉继续治疗，他知道威廉之所以这样的真正原因是儿时的心理阴影一直在压迫着威廉，而威廉也拒绝体验，一切以自我为中心。教师选择进入威廉的心理世界，去启发并诱导威廉走出自我。在威廉面前，他用自己的体验与自身的选择告诉威廉，什么是成功，什么是得到和拥有，只有亲身的体验才能走出自我封闭的怪圈。拿他来说，虽然他的妻子去世了，但他拥有过她，拥有过幸福，现在还拥有着怀念，这就证明了自己的成功，有什么比亲身体验的幸福更重要的呢?

最后，威廉终于迈出了人生中最重要的一步，他离开了居住的地方，去找到了一份工作，并选择去追求差点儿流逝的爱情。

故事证明，任何封闭的人都是有他自己的故事的，要打开他们封闭的内心，才能帮他们走出封闭。

故事二：有个女孩家庭困难，她很自卑，总不敢在别人面前说话，总是把委屈埋在心底，不敢告诉父母，父母也从来不关心她的内心世界。因此，她形成了清高、孤僻、胆怯的性格。

后来，她中考落榜。回家后她归隐书房，不见任何人，还经常对父母发脾气，怪父母没有把自己转到县城里去读书。后来进了高中，她不敢与周围的同学聊中考，别人问起她时，她总是避而不答。高三时，她的成绩突飞猛进，几乎每次都是年级第一名，老师偏袒她，同学们羡慕、妒忌她。而与她取得的成绩相反，她与同学们相处不好，因为她固执、敏感的性格，同学们都排挤她，但是她也是渴望朋友的，她很苦恼。从此，她开始失眠，成绩一落千丈。

每个人都不是孤立地存在的，都不可避免与周围的人和事发生关系。作为父母，发现自己的孩子有自闭现象时，要及时地采取措施补救。以下方法可以尝试：

1?要学会教导自己的孩子与别人和睦相处的方法，让孩子与同龄人常常沟通交流，让孩子和自己的朋友多接触，培养孩子与人交际的能力。

2?多带孩子出去走走看看，而不要把孩子和外界隔离、封闭起来。与外界的接触不仅能够增长孩子的阅历，而且能够让孩子学会敞开心灵容纳别人。长时间与人接触会让孩子有所改变，甚至会影响孩子的思维与性格，让孩子懂得和别人交往的快乐。

3?如果孩子在这方面有严重的性格缺陷，一定要请教心理医生一起帮他打开封闭自己的枷锁，否则他只能与这个世界越离越远。其实，当他敞开心扉去接触别人时，他就会发现生活的美好和人间的温暖。

第47节：有什么样的性格，就有什么样的命运(7)

4?引导孩子积极乐观地生活，从容地面对遇到的困难与挫折，鼓起勇气去挑战自我，让孩子始终保持一颗健康向上的心。

专家提醒：

封闭是现在孩子比较常见的性格缺陷，家长应该格外注意，不要让孩子深陷封闭的怪圈。只要你引导正确，他就会保持一颗积极进取的心，用乐观的心态对待生活。不要因为世界变得复杂了，就教给孩子“沉默是金”、“不要和陌生人说话”等思想，这样只会让孩子在封闭的怪圈里越陷越深。孩子敞开心扉接受他人，信任他人，是孩子获得友谊与幸福的源泉。

谨防孩子患上抑郁症

社会发展到今天，日新月异的变化让人们面对越来越多的压力，尤其对于涉世未深的孩子来说，他们面临着前所未有的挑战——堆如山的作业，高如山的中考、高考，一些孩子因无法承受巨大的压力而患上抑郁症，陷入无尽的苦恼之中。

读初中二年级的小麦由于学习成绩不是特别理想，父母经常责骂他，说他没有用心学习，不准他参加任何课外活动，周末把他关在家里，盯着他学习。小麦曾经试图与父母沟通，但父母根本不听他的解释。久而久之，小麦感到压抑，郁闷，整天没有笑容。他总觉得大家都瞧不起他，尤其是父母的态度让他觉得自己十分无用，他甚至怀疑自己的智商低下，他开始变得惶惶不可终日。终于，在一个孤独的夜晚，他选择了自杀。

在他留给父母的信中，他这样写道：“我也特别想努力学习，我也确实努力了，但是没有一点儿进展，你们总是不听我说，总是不给我机会，这让我内心十分痛苦，我开始怀疑自己的能力，开始怀疑一切，我在人前抬不起头来，我无路可走了，除了死亡，我不知道还有

什么方法能够让我摆脱这一切。与其整日胆战心惊地活着，还不如痛痛快快地死了好。”

如果小麦的父母能够耐心地听听他的想法，能够及时地与他进行沟通，悲剧也就不会发生。他的父母后悔不已，但一切都已经晚了。

类似这种情况，每一天都在上演。据在北京召开的第二十八届国际心理学大会上的专家介绍，中国大约有20%的青少年出现抑郁症状。结果导致了青少年中4%的人自杀，而且有自杀意图的人数更多。

并不是这些人不懂得珍视生命，在他们无法面对这种折磨时，他们经常为了结束痛苦和困惑而产生死亡的念头和行为。当一个人近乎绝望的时候，往往会想到用死亡来作为最后的解脱，何况是涉世未深的孩子。这就需要家长关注孩子的心理健康。

那么究竟什么是抑郁症呢？所谓抑郁症是一种常见的疾病，主要表现为情绪低落，兴趣降低，悲观失望，饮食、睡眠差，没有精力，思维迟缓，缺乏主动性，自我评价过低，痛苦难熬，严重者甚至会出现自杀念头和行为。

第48节：有什么样的性格，就有什么样的命运(8)

然而，在孩子们最需要关注的青少年时期，他们的抑郁症却往往被家长和老师忽略，还常常被归结为情绪问题或者思想问题。由于父母低估了孩子忧郁的严重性，对出现抑郁症状者误认为是闹情绪，不能给予应有的理解和情感支持，对患有病症的孩子造成更大的心理压力，使病情进一步恶化。据研究，抑郁症患者的自杀率比一般人群高20倍，社会自杀人群中可能有一半以上来自于抑郁症患者。

由此可见，青少年抑郁症不可小视，它会导致孩子学习困难，注意力不集中，思维迟缓、记忆力下降，不愿参加活动，疏远朋友，就像“泄气的皮球”一样。还有生活懒散，厌学、逃学，自卑，有悲观厌世和自杀打算，甚至认为活着成为累赘。总的来说，最危险的就是反复出现自杀企图和行为。

为了预防孩子患上抑郁症，家长应做好以下几点：

1?关注孩子的反常行为

当你的孩子出现食欲减退、体重减轻、不思茶饭、美味佳肴对他不再具有诱惑力的现象时，家长就要引起注意了，这就是抑郁症的前兆。家长要多与孩子沟通，了解孩子的内心世界，询问孩子是否遇到了什么困难，或者是和同学产生矛盾，或者是考试成绩不理想。

作为孩子的顾问或者朋友，用一种友好平和的态度与孩子沟通，让孩子敞开心扉，对你吐露他内心的困惑，帮助孩子寻找正确的解决方法。

2?给孩子创造和谐的环境

如果家长能够给孩子一个和谐的家庭环境，比整日耳提面命要有效得多。

在家里，不要苛求孩子像个机器人一样听任你指挥，给孩子充分的自由，让孩子体会到自己的价值。例如：当孩子提出一些合理的要求时，家长应该充分理解与支持，让孩子充分感受到你对他的尊重；

当孩子遇到一些自己可以想办法克服的困难时，放手让孩子自己去解决，让他感受到自己是可以依靠自己的力量去解决遇到的问题的，这样孩子就会在无形之中增长信心，再遇到类似的情形时，他会轻松地对待。

3?不给孩子过多的压力

据调查，与青少年抑郁症相关的外在因素主要是来自家庭、学校和社会对孩子的期望值过高，学习压力太大以及青少年期的情感问题、亲情问题和人际交往问题等。对于青少年抑郁症关键在于提高识别，无论是家庭还是学校都应该关注学生的情绪变化，一旦怀疑存在情绪问题，应及时到心理精神专科就诊咨询，及时给予恰当的治疗。

如今的青少年承受着巨大的压力，又缺乏应有的挫折教育、生存教育、生活技能和独立能力训练等。如果你过分地要求孩子，他们可能无法面对这突如其来的重压，就有可能走向极端。正确的做法应该是适当地给孩子加压，让孩子感受到他应有的责任，同时又积极引导孩子去面对压力，让孩子变压力为动力。

如果孩子患有抑郁症，要及早发现疾病并及早治疗。千万不要等到孩子已经走上绝路了，才想到他可能是患了抑郁症，那样的话，就“亡羊补牢，为时已晚”了。

专家提醒:

学习的压力、家庭的变故、家人的冷漠、同学的疏远和老师的忽视，都有可能导致孩子患上抑郁症。如果家长不能及时地发现并采取有效的措施给予孩子积极的治疗，就可能导致孩子走向痛苦的深渊。孩子的内心世界是十分脆弱的，需要父母常常关注，积极引导，让孩子的心灵在阳光下成长。

本书精华已为您连载完毕，谢谢阅读。